

СОГЛАСОВАНА

Педагогическим советом МБОУ СОШ №149
(протокол от 29.08.2024 №1)

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБОУ СОШ №149
от 29.08.2024 №143

**Рабочая программа
по предмету: ритмика
Уровень образования: начальный общий
1-4 класс**

Екатеринбург, 2024

РИТМИКА
1 класс
(1 час в неделю – 33 часа)
Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для 1 класса для обучающихся с задержкой психического развития (далее–ЗПР) на уровне начального общего образования составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598) (далее – ФГОС НОО ОВЗ), Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1023), Федеральной рабочей программы по ритмике для обучающихся с задержкой психического развития на уровне начального общего образования, разработанной ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики» и размещенной на сайте <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>, Федеральной программы воспитания, Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития МБОУ СОШ №149 (вариант 7.2).

Цель курса занятий ритмикой заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с ЗПР в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);

развитие чувства ритма и выразительности движений;

развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития;

развитие выразительности движений и самовыражения;

развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений; коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;

развитие общей и речевой моторики;

формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Формировать красивую осанку, выразительность и пластику движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» традиционно включается в содержание образования обучающихся с ЗПР. Он является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корригируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать

веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуется эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты. Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);

- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);

- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);

- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных

музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан,

румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

- игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);

- танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев).

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В соответствии с направлениями занятия ритмикой в 1 классе могут быть конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Ритмико-гимнастические упражнения», «Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами», «Импровизация движений на муз. темы. Игра под музыку», «Народные пляски и современные танцевальные движения».

«Ритмико-гимнастические упражнения» (основные упражнения) является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется

объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого, обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп. В первой четверти 1 класса детей желательно научить двигаться в темпе музыки, помочь им овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, упражнения на расслабления мышц и др.

Раздел «Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами» направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. В этот период обучения важно закреплять умения детей выполнять движения под музыку, поэтому обязательно осуществляется повторение пройденного в первой четверти и проводятся игры под музыку.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Обучающиеся повторяют уже изученные и осваивают новые: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

Далее продолжается изучение раздела «Импровизация движений на муз. темы. Игра под музыку», где основные упражнения осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и построиться назад в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

Далее занятия посвящены изучению раздела «Народные пляски и современные танцевальные движения». Сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы и пляски. К концу учебного года дети обычно выучивают комплекс общеразвивающих упражнений, могут выполнять его под контролем взрослого. Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

Регулятивные результаты:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные результаты:

- понимать и 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;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

Коммуникативные результаты:

- учиться 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;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Коррекционные результаты:

- коррекция речи, мышления, памяти на основе игр;
- коррекция мелкой моторики через игру и специальные упражнения.
- коррекция пространственной ориентировки и внимания через игры и специальные упражнения.
- коррекция эмоциональной сферы через упражнения.
- коррекция логического мышления через выполнение заданий и отгадывание загадок.
- коррекция поведения через положительные эмоции.

Предметные результаты:

- выполнять общеразвивающие упражнения по показу;
- знать и использовать ударные музыкальные инструменты;
- выполнять ритмические упражнения по показу и визуальной опоре;
- повторять предложенный ритмический рисунок;
- выполнять различные ритмические движения в соответствии с различным характером музыки;
- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- занимать правильное исходное положение при построении в шеренгу (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- 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;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- участвовать в музыкальных играх с предметами, с пением и речевым сопровождением;
- выполнять движение – галоп;
- выполнять элементы народной пляски по показу.

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценка по коррекционному курсу «Ритмика», должна учитывать индивидуальный уровень интеллектуального, психического и музыкального развития обучающихся, интенсивность формирования музыкально-слуховых представлений, практических умений и навыков, накопление первичных знаний о музыке. Поводом для отрицательной оценки действий обучающихся не могут служить отсутствие ярко выраженного интереса к музыкально-ритмическим занятиям и эмоционального отклика на музыку, бедность танцевальных движений, нарушение координации между слухом и голосом, слухом и моторно-двигательными проявлениями.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Методические материалы для учителя

1. Федеральная рабочая программа Начального общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2.) коррекционному курсу «Ритмика». <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>
2. Программы для общеобразовательных учреждений. Коррекционно - развивающее обучение: Начальные классы / Автор программы Н.А. Цыпина. - М.: Дрофа, 2012 г.
3. Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет

1. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов
2. <http://school-collection.edu.ru>
3. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
4. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры

5. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

6. <http://fizkultura-na5.ru>

7. <http://obg-fizkultura.ru>

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО РИТМИКЕ

1 КЛАСС

1 час в неделю (33ч)

| № п/п | Тема урока | Программное содержание | Виды деятельности обучающихся | Методы и формы организации обучения |
|---|--------------------------------|--|--|---|
| Ритмико-гимнастические упражнения (8 ч.) | | | | |
| 1. | Движение под музыку 2 четверти | Объяснять для чего нужно ОРУ под музыку. Работать в группе, устанавливать рабочие отношения. | Объяснение как готовиться к занятиям и выполнение упражнений: строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу и др. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|----|---|--|---|---|
| 2. | Ходьба, бег, прыжки под музыку 2 четверти | Рассказать тему «Твой организм». Сохранять доброжелательные отношения друг к другу. | Повторение организационных особенностей занятий ритмикой и упражнений, которые учили на предыдущем занятии. Освоение упражнений, позволяющих соотносить темп движений с темпом музыкального произведения (медленно быстро). Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 3. | Передача на шагах характера музыки | Рассказать технику выполнения движений с темпом (быстро медленно). Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. | Повторение организационных особенностей занятий ритмикой и упражнений, которые учили на предыдущем занятии. Освоение упражнений, позволяющих соотносить темп движений с темпом музыкального произведения (медленно быстро). Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| 4. | Передача на шагах темпа, силы звучания | Рассказывать способ выполнения. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Ориентировка в направлении движения вперед, назад. Ориентировка в направлении движения налево, направо. Перестроение в круг из шеренги. Ходьба имитационная. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 5. | Ориентация в пространстве, перемещение по одному | Рассказать правила выполнения ритмичный, бодрый шаг. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги. Ходьба имитационная. Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 6. | Отражение в движении характера музыки | Рассказать и показать ритмичный, бодрый шаг. Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги. Ходьба имитационная. Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 7. | Отражение в движении темпа музыки | Рассказать и показать прыжки, поскоки под разную музыку. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку (подпрыгнуть, когда услышишь...). Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 8. | Отражение в движении динамики музыки | Рассказать и показывать построения и перестроения, шаги, прыжки и подскоки. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Обобщающее занятие, позволяющее закрепить умение слушать музыку и подстраивать движения под ее темп, построения и перестроения, шаги, прыжки и подскоки. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| Импровизация движений на муз. темы. Игра под музыку (7 ч.) | | | | |
| 9. | Свободное движение под ритмическую музыку | Рассказать и воспроизводить ритмико-гимнастические упражнения. Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. | Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |

| | | | | |
|-----|---|---|---|---|
| 10. | Изменение направления формы движения с изменением громкости звучания музыки | Рассказывать и показывать технику выполнения ходьбы в шеренге с речевками. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Ходьба в шеренге с речевками, которые читает учитель. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 11. | Определение сильных долей такта – 2 четверти | Рассказать и показать технику выполнения переступов в левую и правую сторону. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Ходьба в шеренге с речевками, которые читает учитель. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 12. | Определение слабых долей такта – 2 четверти | Рассказать и показывать разученные речевки с одновременным выполнением движений. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Разучивание речевок с одновременным выполнением движений. Ходьба и перестроения под речевки. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск |

| | | | | |
|-----|---|---|---|---|
| | | | | художественного и технического решения. |
| 13. | Передача долей такта прихлопами | Рассказать и показать технику ходьбы и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Ходьба и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 14. | Музыкальные игры - эстафеты | Рассказать и показать технику ходьбы и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Ходьба и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 15. | Свободное движение под ритмическую музыку | Применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во | Обобщающее занятие, предполагающее повторение полученных умений выполнять построения и перестроения под речевки или музыку. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| | | внеурочной и внешкольной деятельности. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. | | |
| Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами (4 ч.) | | | | |
| 16. | Знакомство с инструментами: ложки, бубен. | Применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности. Работать в группе, с достаточной полнотой, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникаций. | Различные комплексы ритмических упражнений с музыкальными инструментами. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др. |
| 17. | Передача сильной доли на инструменте | Выполнять игры под музыку, которые позволяют разделиться на пары. Работать в группе, с | Выполнение поочередного, одновременного сжимания в кулак и разжимания пальцев с | Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, |

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| | | достаточной полнотой выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | изменением темпа музыки. Общеразвивающие упражнения. | объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др. |
| 18. | Повторение предложенного ритмического рисунка | Выполнять ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. Работать в группе, устанавливать рабочие отношения. | Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 19. | Повторение предложенного ритмического рисунка | Выполнять ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Выполнение поочередного, одновременного сжимания в кулак и разжимания пальцев с изменением темпа музыки. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| Народные пляски и современные танцевальные движения (14 ч.) | | | | |
| 20. | Элементы танца и простые танцевальные движения | Рассказать и показывать танцевальных движений к танцу «Приглашение». | Разучивание танцевальных движений к танцу «Приглашение». Игры под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание |

| | | | | |
|-----|--|---|---|---|
| | | Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Общеразвивающие упражнения. | интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 21. | Шаги: с носка, на носочках, на пятках | Рассказать и показывать танцевальных движений к танцу «Приглашение». Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Выполнение различного вида танцевального шага. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 22. | Подготовительные упражнения с подъемом бедра | Рассказать и показывать танцевальных движений к танцу «Приглашение». Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Тихая настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |

| | | | | |
|-----|---|--|--|---|
| 23. | Приставные шаги по направлениям | Рассказать, что такое танцевальных движений к танцу «Всадники». С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 24. | Приставные шаги по направлениям в паре | Рассказать и показать танец «Всадники». Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 25. | Простые шаги под русскую народную мелодию | Рассказать о технике танцев «Приглашение» и «Всадники». Сотрудничать со сверстникам и, слушать и слышать друг друга. | Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с |

| | | | | |
|-----|---------------------------------------|---|--|---|
| | | | выбрасыванием ноги вперёд. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 26. | Хлопки, русские характерные руки | Применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности. Работать в группе, устанавливать рабочие отношения. | Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 27. | Русский народный танец «Посею лебеду» | Показать танец «Русская пляска» (шаги). Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Изучение простого хороводного шага в русской пляске. Изучение шага на всей ступне на месте и с продвижением вперед. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 28. | Русский народный танец «Посею лебеду» | Показать танец «Русская пляска» (притопы). Сотрудничать со сверстникам и, слушать и слышать друг друга. | Изучение притопов одной ногой и поочередно. Утверждающие притопы. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: |

| | | | | |
|-----|---------------------------------------|--|--|---|
| | | | «Подзадоривание». Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 29. | Русский народный танец «Посею лебеду» | Показать технику ног в танце «Русская пляска». Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 30. | Современный танец «Светофор» | Показать и рассказать элементы танца «Ковырялочка». Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Составление несложных танцевальных комбинаций. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 31. | Современный танец «Светофор» | Показать и рассказать элементы танца «Галоп в парах». Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Составление несложных танцевальных комбинаций. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|--------------------------------|--|--|---|
| 32. | Парный танец полька «Хлопушка» | Правильно подбирать комбинации элементов танца «Галоп в парах». С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Разучивание элементов русской пляски Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 33. | Современный танец «Стирка» | Правильно подбирать комбинации элементов изученных танцев. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Обобщающее занятие с исполнением танцев для гостей. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

РИТМИКА
1 дополнительный класс
(1 час в неделю – 33 часа)
Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для 1 дополнительного класса для обучающихся с задержкой психического развития (далее–ЗПР) на уровне начального общего образования составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598) (далее – ФГОС НОО ОВЗ), Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1023), Федеральной рабочей программы по ритмике для обучающихся с задержкой психического развития на уровне начального общего образования, разработанной ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики» и размещенной на сайте <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>, Федеральной программы воспитания, Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития МБОУ СОШ №149 (вариант 7.2).

Цель курса занятий ритмикой заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с ЗПР в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);

развитие чувства ритма и выразительности движений;

развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития;

развитие выразительности движений и самовыражения;

развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений; коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;

развитие общей и речевой моторики;

формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Формировать красивую осанку, выразительность и пластику движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРЕДПОСЫЛОК К ИЗУЧЕНИЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ЗПР

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» традиционно включается в содержание образования обучающихся с ЗПР. Он является

необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корригируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуется эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты. Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Отмечено, что занятия ритмикой положительно влияют на состояние эмоциональной и познавательной сфер, а также развивают творческое воображение.

Музыкальные произведения подбираются таким образом, чтобы оказывать дисциплинирующее и организующее воздействие. Характер произведений подбирается в зависимости от состава обучающихся в конкретном классе, доминирующего эмоционального состояния детей. Уже в 1 классе решается задача интеграции музыки и движений или движений и речи. Сложные («тройные») связи специально не формируют (это осуществляется в более старших классах начальной школы).

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- Восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);

- Упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);

- Ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);

- Упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных

музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан,

румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

- Игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);

- Танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев).

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В соответствии с направлениями занятия ритмикой в 1 дополнительном классе могут быть конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Ритмико-гимнастические упражнения», «Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами», «Импровизация движений на муз. темы. Игра под музыку», «Народные пляски и современные танцевальные движения».

«Ритмико-гимнастические упражнения» (основные упражнения) является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого, обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и подстраивать темп своих движений под ее темп. В 1 дополнительном классе дети должны научиться двигаться в темпе музыки, овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение внутрь, упражнения на расслабления мышц и др.

Во второй четверти продолжается изучение раздела «Импровизация движений на муз. темы. Игра под музыку», где основные упражнения ритмики осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и обратно построиться в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Учатся выполнять ритмико-гимнастические упражнения в парах.

Конец второй четверти посвящен изучению раздела «Народные пляски и современные танцевальные движения». Сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы (групповые и в парах) и пляски. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

В третьей четверти изучается раздел «Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами». Обучающихся с ЗПР учат играть на элементарных инструментах: погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, ложки и др. Важно, чтобы в процессе

танца под музыку дети смогли научиться использовать музыкальные инструменты. Такая работа только начинается, поэтому целесообразно только фрагменты танца сопровождать музыкальными инструментами.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Дети с ЗПР повторяют уже изученные и осваивают новые: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

Итоговое занятие по ритмике проводится в виде отчетного концерта.

Ритмико-гимнастические упражнения

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 в рассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. 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 поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие 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 поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием 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. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабанае двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

Импровизация движений на музыкальные темы. Игра 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.

Народные пляски и современные танцевальные движения

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, 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. Задача: слушать музыку и понимать команды, разнообразить набор привычных движений, развивать координацию, чувство ритма, память, внимание. Воспитательные задачи: подготовка к уроку, переключение от одного вида к другому в ходе танца. Диско-танцы: «Танец цветов», «Полька», «Вару-вару», «Стирка», «Полонез». Зеркало. Парная пляска. Чешская народная мелодия. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

Регулятивные результаты:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные результаты:

- понимать и 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;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

Коммуникативные результаты:

- учиться 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;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Коррекционные результаты:

- коррекция речи, мышления, памяти на основе игр;
- коррекция мелкой моторики через игру и специальные упражнения.
- коррекция пространственной ориентировки и внимания через игры и специальные упражнения.
- коррекция эмоциональной сферы через упражнения.
- коррекция логического мышления через выполнение заданий и отгадывание загадок.
- коррекция поведения через положительные эмоции.

Предметные результаты:

- выполнять общеразвивающие упражнения в соответствии с возрастом
- выполнять основные и общеразвивающие движения с предметами и без под музыку 2/4, 4/4;
- разбираться в терминах: громко-тихо, высоко-низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно);
- выполнять простые общеразвивающие упражнения, простые

- танцевальные шаги (мягкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп);
- выполнять перестроения из пар в шеренгу, в колонну по одному, в круг;
 - слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
 - повторять на детском музыкальном инструменте простой ритмический рисунок;
 - выполнять передачу сильных и слабых долей в знакомых музыкальных произведениях;
 - передавать простые песенные ритмы на детском ударном инструменте;
 - уметь различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
 - уметь соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
 - уметь ходить в шеренге и разными видами шага;
 - выполнять простые подражательные движения под музыку;
 - выполнять по показу простые современные танцевальные связки;
 - владеть простейшими элементами народной пляски;
 - под руководством учителя уметь контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них.

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценка по коррекционному курсу «Ритмика», должна учитывать индивидуальный уровень интеллектуального, психического и музыкального развития обучающихся, интенсивность формирования музыкально-слуховых представлений, практических умений и навыков, накопление первичных знаний о музыке. Поводом для отрицательной оценки действий обучающихся не могут служить отсутствие ярко выраженного интереса к музыкально-ритмическим занятиям и эмоционального отклика на музыку, бедность танцевальных движений, нарушение координации между слухом и голосом, слухом и моторно-двигательными проявлениями.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Федеральная рабочая программа Начального общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2.) коррекционному курсу «Ритмика». <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>
2. Программы для общеобразовательных учреждений. Коррекционно - развивающее обучение: Начальные классы / Автор программы Н.А. Цыпина. - М.: Дрофа, 2012 г.
3. Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов
2. <http://school-collection.edu.ru>

3. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
4. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ. культуры
5. [://www.infosport.ru/press/fkvot/](http://www.infosport.ru/press/fkvot/) - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
<http://fizkultura-na5.ru>
<http://obg-fizkultura.ru>

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО РИТМИКЕ

1 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС

1ч в неделю (33ч)

| № п/п | Тема урока | Программное содержание | Виды деятельности обучающихся | Методы и формы организации обучения |
|---|--|---|---|---|
| Ритмико-гимнастические упражнения (8 ч.) | | | | |
| 1. | Движения под музыку 2, 4 четверти | Объяснять для чего нужно ОРУ под музыку Работать в группе, устанавливать рабочие отношения. | Объяснение как готовиться к занятиям и выполнение упражнений: строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу и др. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 2. | Ходьба, бег, прыжки под музыку 2, 4 четверти | Рассказать тему «Твой организм». Сохранять доброжелательные отношения друг к другу. | Повторение организационных особенностей занятий ритмикой и упражнений, | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе |

| | | | | |
|----|--|---|---|--|
| | | | <p>которые учили на предыдущем занятии. Освоение упражнений, позволяющих соотносить темп движений с темпом музыкального произведения (медленно быстро). Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков. Общеразвивающие упражнения.</p> | <p>осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.</p> |
| 3. | <p>Передача на простых движениях характера музыки.</p> | <p>Рассказать технику выполнения движений с темпом (быстро медленно). Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.</p> | <p>Ориентировка в направлении движения вперед, назад. Ориентировка в направлении движения налево, направо. Перестроение в круг из шеренги. Ходьба имитационная. Прыжки, поскоки под разную музыку. Подпрыгивание на двух ногах на месте и с продвижением. Общеразвивающие упражнения.</p> | <p>Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.</p> |
| 4. | <p>Передача на простых движениях темпа, силы звучания.</p> | <p>Рассказывать способ выполнения. Сохранять доброжелательные</p> | <p>Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги. Ходьба имитационная. Ходьба и</p> | <p>Метод активного слушания музыки, где происходит проживание</p> |

| | | | | |
|----|---|---|--|--|
| | | отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 5. | Ориентация в пространстве: перемещения по одному, парами. | Рассказать правила выполнения ритмичный, бодрый шаг. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Выполнение ритмико-гимнастических упражнений в парах. Игры под музыку, которые позволяют разделить на пары (например, встаньте в пары те, у кого одного цвета...). Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 6. | Отражение в движении характера музыки. | Рассказать и показать ритмичный, бодрый шаг. Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Обобщающее занятие, позволяющее закрепить умение слушать музыку и подстраивать движения под ее темп, построения и перестроения, шаги, прыжки и подскоки. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 7. | Отражение в движении темпа музыки. | Рассказать и показать прыжки, поскоки под разную музыку. С достаточной полнотой и точностью выражать свои | Ходьба в парах. Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: |

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| | | мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 8. | Отражение в движении динамики музыки. | Рассказать и показывать построения и перестроения, шаги, прыжки и подскоки. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Ходьба в парах. Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| Импровизация движений на муз. темы. Игра под музыку (7 ч.) | | | | |
| 9. | Свободное движение под ритмичную музыку. | Рассказать и воспроизводить ритмико-гимнастические упражнения. Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие Отношения. | Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 10. | Изменение направления формы движения. | Рассказывать и показывать технику выполнения ходьбы в шеренге с речевками. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с | Ходьба в шеренге с речевками, которые читает учитель. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|--|---|---|---|
| | | задачами и условиями коммуникации. | Общеразвивающие упражнения. | |
| 11. | Определение сильной и слабой долей такта на 2 четверти. | Рассказать и показать технику выполнения переступов в левую и правую сторону. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Ходьба в шеренге с речевками, которые читает учитель. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 12. | Определение сильной и слабой долей такта на 2,4 четверти | Рассказать и показывать разученные речевки с одновременным выполнением движений. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие Отношения. | Разучивание речевок с одновременным выполнением движений. Ходьба и перестроения под речевки. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 13. | Передача долей такта хлопками и притопами. | Рассказать и показать технику ходьбы и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Ходьба и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| 14. | Музыкальные игры-эстафеты. | Рассказать и показать технику ходьбы и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации | Ходьба и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 15. | Свободное движение под ритмичную музыку. | Применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. | Обобщающее занятие, предполагающее повторение полученных умений выполнять построения и перестроения под речевки или музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами (4 ч.) | | | | |
| 16. | Знакомство с инструментами: металлофон, детское пианино. | Применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных | Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и |

| | | | | |
|-----|--|---|--|---|
| | | проектов для организации работать в группе, с достаточной полнотой, выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникаций. | Общеразвивающие упражнения. Выступления на праздничных концертах. Игра на простых музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, ложки) в такт основной музыки или при прекращении ее звучания. Игры под музыку. | прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 17. | Передача на инструментах сильной и слабой долей такта. | Выполнять игры под музыку, которые позволяют разделить на пары. Работать в группе, с достаточной полнотой выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Разучивание простых танцев с использованием элементарных музыкальных инструментов («Погремушки», «Пляска с ложками», «Танцующий ансамбль» и др.). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 18. | Повторение заданного ритмического рисунка. | Выполнять ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. Работать в группе, | Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| | | устанавливать рабочие отношения. | Общеразвивающие упражнения. Исполнение танцев для гостей. | импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 19. | Повторение заданного ритмического рисунка. | Выполнять ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Исполнение танцев для гостей. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| Народные пляски и современные танцевальные движения (14 ч.) | | | | |
| 20. | Совершенствование элементов танца 1-го года обучения. | Рассказать и показывать танцевальных движений к танцу «Приглашение». Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 21. | Шаги: мягкий, перекатный, топающий. | Рассказать и показывать танцевальных движений к танцу «Приглашение». Сохранять доброжелательные | Движения парами: бег, ходьба. Боковой галоп-движение парами. Боковой галоп в сочетании с притопом | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с |

| | | | | |
|-----|--|--|---|---|
| | | отношения друг к другу, устанавливая рабочие Отношения. | движения парами. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 22. | Острый шаг с подниманием бедра. | Рассказать и показывать танцевальных движений к танцу «Приглашение». Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Изучение притопов одной ногой и поочередно. Утверждающие притопы. «Подзадоривание». Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 23. | Приставные шаги по направлениям. | Рассказать, что такое танцевальных движений к танцу «Всадники». С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Изучение прямого галопа, простого хороводного шага в русской пляске. Изучение шага на всей ступне на месте и с продвижением вперед. Изучение притопов одной ногой и поочередно. Утверждающие притопы. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 24. | Приставные шаги по направлениям в парах. | Рассказать и показать танец «Всадники». Сохранять доброжелательное | Выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе |

| | | | | |
|-----|--|---|--|---|
| | | отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | выставление ноги с носка на пятку. Жесты с открытой ладонью: прошу-не надо. Разучивание танцевальных движений к простым танцам и пляскам. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 25. | Русский переменный шаг. | Рассказать о технике танцев «Приглашение» и «Всадники». Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. | Выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку. Жесты с открытой ладонью: прошу-не надо. Разучивание танцевальных движений к простым танцам и пляскам. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 26. | Хлопки, притопы, русские характерные руки. | Применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных | Изучение простого хороводного шага в русской пляске. Изучение шага на всей ступне на месте и с продвижением | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: |

| | | | | |
|-----|------------------------------------|---|---|--|
| | | проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности. Работать в группе, устанавливать рабочие отношения. | вперед. Общеразвивающие упражнения. | импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 27. | Современный танец «Стирка». | Показать танец «Русская пляска» (шаги). Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Разучивание танцевальных движений к танцу «Стирка». Повторение изученных танцев и упражнений. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 28. | Современный танец «Стирка». | Показать танец «Русская пляска» (притопы). Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. | Разучивание танцевальных движений к танцу «Стирка». Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 29. | Парный танец полька «Приглашение». | Показать технику ног в танце «Русская пляска». Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. | Разучивание танцевальных движений к танцу «Приглашение» (или другому очень простому танцу в парах). Игры под музыку. Общеразвивающие | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные |

| | | | | |
|-----|------------------------------------|--|--|---|
| | | | упражнения. | упражнения - образы. |
| 30. | Парный танец полька «Приглашение». | Показать и рассказать элементы танца «Ковырялочка». Сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие Отношения. | Исполнение танца «Приглашение» (или другого очень простого танца в парах) несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 31. | Парный танец полька «Приглашение». | Показать и рассказать элементы танца «Галоп в парах». Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Исполнение танца «Приглашение» несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 32. | Круговой танец «Лявониha». | Правильно подбирать комбинации элементов танца «Галоп в парах». С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Исполнение танца «Лявониha» несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 33. | Концерт | | Обобщающее занятие с исполнением танцев для гостей Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Исполнение танцев для гостей. | прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
|--|--|--|--|---|

РИТМИКА
2 класс
(1 час в неделю – 34 часа)
Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для 2 класса для обучающихся с задержкой психического развития (далее–ЗПР) на уровне начального общего образования составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598) (далее – ФГОС НОО ОВЗ), Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1023), Федеральной рабочей программы по ритмике для обучающихся с задержкой психического развития на уровне начального общего образования, разработанной ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики» и размещенной на сайте <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>, Федеральной программы воспитания, Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития МБОУ СОШ №149 (вариант 7.2).

Цель курса занятий ритмикой заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с ЗПР в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);

развитие чувства ритма и выразительности движений;

развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития;

развитие выразительности движений и самовыражения;

развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений; коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;

развитие общей и речевой моторики;

формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Формировать красивую осанку, выразительность и пластику движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» традиционно включается в содержание образования обучающихся с ЗПР. Он является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корригируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому

развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуется эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты. Улучшается также ориентировка в пространстве, в т. ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);

- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);

- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);

- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

- игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);

- Танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, балльных и современных танцев).

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Во 2 классе программа курса содержит 4 раздела: «Ритмикогимнастические упражнения», «Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами», «Импровизация движений на музыкальные темы. Игры под музыку», «Народные пляски и современные движения».

У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения, танец), движениями и речью (упражнения под проговаривание стихов). После того как сформированы умения, коррекционное содержание ритмики усложняется. Основная работа направлена на развитие «тройных» связей: музыки, танца и игры на музыкальных инструментах или декламации песен с комплексом танцевальных упражнений под музыкальное сопровождение.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей, обучающихся с ЗПР.

Ритмико – гимнастические упражнения.

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими 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 в рассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, 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 поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление левой и правой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в коленях ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движение правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрёстные 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 поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т.д.).

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряжённое 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

поочерёдно. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и поочерёдно в разных вариациях.

Импровизация движений на музыкальные темы, 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 выражении их в движении. 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. «Музыкальная игра под русскую песню», «Танцевальная комбинация на расслабление мышц», «Третий лишний», «Карусель», «Приглашение», «Кот и мыши», «Приглашение».

Народные пляски и современные танцевальные движения.

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, лёгкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. 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. Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмель». Парная пляска. Чешская народная мелодия. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты

- Сформированности мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.

- Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.

- Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметными результатами освоения курса «Ритмика» во 2 классе является формирование регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий, обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями (составляющими основу умения учиться), с учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей, обучающихся с ЗПР.

Регулятивные результаты:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные результаты:

Обучающиеся должны уметь:

- понимать и 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;

- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

Коммуникативные результаты:

- учиться 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;

- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Коррекционные результаты:

- Коррекция речи, мышления, памяти на основе игр;

- Коррекция мелкой моторики через игру и специальные упражнения.

- Коррекция пространственной ориентировки и внимания через игры и специальные упражнения.

- Коррекция эмоциональной сферы через упражнения.

- Коррекция логического мышления через выполнение заданий и отгадывание загадок.

- Коррекция поведения через положительные эмоции.

Предметные результаты

- самостоятельно выполнять общеразвивающие упражнения;

- владеть техникой элементарной мышечной релаксации;

- выполнять движения под музыку на 2/4, 4/4;

- передавать хлопками, притопами ритмические рисунки;

- выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (бросание, катание, передача, перекачивание мячей и др.);

- использовать детские музыкальные инструменты для создания ритмического рисунка и мелодии;

- обращаться с 3-4 детскими музыкальными инструментами в отдельности;

- иметь представление о терминах, определяющих характер музыки;

- определять характер, темп и плавность музыки;
- уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять движения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять движения народного танца (пляски) по показу;
- самостоятельно играть в знакомые музыкальные игры с предметами;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- под руководством учителя передавать в движениях игровые образы и содержание песен;
- свободно двигаться под музыку различного характера;
- ускорять и замедлять танцевальные движения в соответствии с темпом музыки;
- выполнять основные движения народных танцев;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (бубен, погремушка, барабан, тамбурином и т.д.);
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держат осанку, улыбаться, быстро восстанавливать рисунок танца при ошибках, организовано выходить на поклон и т.д.).

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценка по коррекционному курсу «Ритмика», должна учитывать индивидуальный уровень интеллектуального, психического и музыкального развития обучающихся, интенсивность формирования музыкально-слуховых представлений, практических умений и навыков, накопление первичных знаний о музыке. Поводом для отрицательной оценки действий обучающихся не могут служить отсутствие ярко выраженного интереса к музыкально-ритмическим занятиям и эмоционального отклика на музыку, бедность танцевальных движений, нарушение координации между слухом и голосом, слухом и моторно-двигательными проявлениями.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Федеральная рабочая программа Начального общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2.) коррекционному курсу «Ритмика». <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>
2. Программы для общеобразовательных учреждений. Коррекционно - развивающее обучение: Начальные классы / Автор программы Н.А. Цыпина. - М.: Дрофа, 2012 г.
2. Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов
2. <http://school-collection.edu.ru>
3. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
4. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ. культуры
5. [://www.infosport.ru/press/fkvot/](http://www.infosport.ru/press/fkvot/) - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал

Российской Академии Образования Российской Государственной Академии
Физической Культуры.

<http://fizkultura-na5.ru>

<http://obg-fizkultura.ru>

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО РИТМИКЕ

2 КЛАСС

1 час в неделю (34ч)

| № п/п | Тема урока | Программное содержание | Виды деятельности обучающихся | Методы и формы организации обучения |
|---|--|---|---|---|
| Ритмико-гимнастические упражнения (9 ч.) | | | | |
| 1. | Совершенствования навыков правильного выполнения движений под музыку 2, 3, 4 четверти. | Формировать навыки ориентировки в пространстве. Развивать внимание. Совершенствовать художественно – творческие способности. Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. | Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки; динамикой (громко, умеренно, тихо); регистрами (высокий, средний, низкий). «Музыкальная игра под русскую песню». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 2. | Бег, прыжки, подскоки под музыку 2,3,4 четверти. | Совершенствовать художественно – творческие способности. | Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Прохлопывание | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|----|--|---|--|---|
| | | | ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. | |
| 3. | Изменение темпов и характера движений. | Формировать навык правильной осанки. Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Уметь слушать и понимать учителя. | Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Повторение элементов танца. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 4. | Включение в движение с началом и прекращение движения с окончанием музыки. | Совершенствовать художественно – творческие способности. | Упражнения на координацию движений. Движение правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Тихая настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 5. | Движения на развитие внимания. | Развивать координацию движений. | Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | | | Раскачивание рук поочерёдно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. | импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 6. | Движения на развитие координации рук и ног. | Формировать навык выразительности танцевальных движений. Уметь устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Раскачивание рук поочерёдно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 7. | Ходьба и бег в колонне, по одному, парами, по четыре и врассыпную. | Развивать мышечное чувство, пространственную ориентировку и координацию движений. Уметь согласованно выполнять совместную деятельность. | Построение в колонну по два. Игры с пением и речевым сопровождением. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 8. | Перестроения на ходу в колонну, нахождение места в классе. | Развивать умение распределять и переключать внимание. | Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Музыкальные игры с предметами. «Третий лишний». | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с |

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| | | | | постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 9. | Общеразвивающие упражнения с предметами. | <p>Формировать навык правильной осанки.</p> <p>Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Уметь использовать методы социально-эстетической коммуникации, осваивать диалоговые формы общения</p> <p>взаимодействовать с другими людьми в достижении общих целей.</p> | <p>Общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс.</p> <p>Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи).</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.</p> | <p>Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.</p> |
| Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (4 ч.) | | | | |
| 10. | Передача сильной доли на инструменте. | Создавать положительную мотивацию к занятиям, направленную на разгрузку и отдых. | Исполнение несложных ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|--|---|--|---|
| 11. | Поочерёдное использование нескольких. | Развивать координацию движений. Развивать прыгучесть. | Упражнения на координацию движений. Движение правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 12. | Повторение заданного ритмического рисунка. | Развивать мелкую моторику рук. Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Круговые движения кистью (напряжённое 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 поочерёдно. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 13. | Создание ритмического рисунка. | Формировать навык выразительности танцевальных движений. Уметь излагать свое | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево (повтор.) ОРУ с | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| | | мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. | флажками. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Движения парами: бег, ходьба. | интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| Импровизация движений на музыкальные темы. Игры под музыку. (7 ч.) | | | | |
| 14. | Подбор свободных движений под музыку польки. | Развивать мышечное чувство, пространственную ориентировку и координацию движений. Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 15. | Подбор свободных движений под русскую музыку. | Развивать умение распределять и переключать внимание. | Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Игры с пением и речевым сопровождением. «Карусель». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 16. | Подбор свободных движений под плясовую музыку. | Развивать умение распределять и переключать внимание. | Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Игры с пением и речевым сопровождением: «Приглашение». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: |

| | | | | |
|-----|--|---|---|--|
| | | | | импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 17. | Передача в движении динамичных акцентов музыки стоккато, легато. | <p>Формировать навык правильной осанки. Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.</p> | <p>Общеразвивающие упражнения. Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен Выставление левой и правой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в коленях ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с подскоками, переменный шаг, руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка</p> | <p>Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.</p> |

| | | | | |
|-----|---|---|---|---|
| | | | согнута в локте (для девочек). | |
| 18. | Передача в движении восходящей и исходящей линий мелодий. | Совершенствовать технику выполнения элементов русской пляски. Развивать координацию движений. | Упражнения на координацию движений. Разнообразные перекрёстные 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 поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и.т.д.). Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с подскоками, переменный шаг, руки свободно висят подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек) вдоль | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|----------------------------|--|---|---|
| | | | корпуса, скрещены на груди; | |
| 19. | Игры под музыку. | Совершенствовать технику выполнения элементов русской пляски. Создавать положительную мотивацию к занятиям, направленную на разгрузку и отдых. | Упражнения на расслабление мышц. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол). 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). | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 20. | Музыкальные игры с пением. | Развивать мелкую моторику рук. Уметь использовать разные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и | Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и поочерёдно в разных вариациях. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |

| | | | | |
|---|-------------------------------------|--|---|---|
| | | познавательны х задач, в том числе информационных. | | |
| Народные пляски и современные движения (14 ч.) | | | | |
| 21. | Острый шаг с подниманием бедра. | Формировать навык выразительности танцевальных движений. Уметь излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. | Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмельёк». | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 22. | Кружение через плечо, прямой галоп. | Развивать мышечное чувство, пространственную ориентировку и координацию движений. Развивать умение распределять и переключать внимание. Осознавать важность коммуникативных умений в жизни человека. | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. «Кот и мыши». | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |

| | | | | |
|-----|---|--|---|--|
| 23. | Приставные шаги по направлениям. | <p>Формировать навык правильной осанки. Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> | <p>Общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на расслабление мышц. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.</p> | <p>Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.</p> |
| 24. | Новые элементы танца: бег мягкий, перекатный. | <p>Создавать положительную мотивацию к занятиям, направленную на разгрузку и отдых. Развивать координацию движений. Совершенствовать технику выполнения движений парами.</p> | <p>Упражнения на координацию движений. Разнообразные перекрёстные 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).</p> | <p>Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.</p> |

| | | | | |
|-----|--|---|--|---|
| 25. | Бег с высоким подниманием бедра, пружинистый шаг. | Развивать мелкую моторику рук. Уметь эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и.т.д.). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 26. | Полуприседание, шаги с носка на пятку, скользящий. | Формировать навык выразительности танцевальных движений. Уметь осуществлять взаимоконтроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь. | Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений в круг, из круга ОРУ с гимнастическими палками. Выделение пальцев рук. Боковой галоп-движения парами. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 27. | Шаг польки вперед и назад. | Формировать навык выразительности танцевальных движений. Уметь излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. | Переменный шаг Комплекс ОРУ под музыку. Элементы польки. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск |

| | | | | |
|-----|---|--|--|---|
| | | | | художественного и технического решения. |
| 28. | Элементы танца: тройной притоп, хлопки. | Развивать мышечное чувство, пространственную ориентировку и координацию движений. Развивать умение распределять и переключать внимание. Осознавать важность коммуникативных умений в жизни человека. | Комплекс ОРУ с флажками: поочередное поднятие и опускание флажков; выпады, ходьба по кругу со сцепленными, поднятыми вверх руками; кружение парами за правую руку. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 29. | Бальный чешский танец «Аннушка». | Формировать навык правильной осанки. Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуально и групповой работы. | Перестроение в круг. Сужение и расширение круга Дробный шаг. Комплекс ОРУ под музыку. Парная пляска. Чешская народная мелодия. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 30. | Бальный чешский танец «Аннушка». | Развивать мелкую моторику рук. Уметь эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Комплекс ОРУ с флажками: поочередное поднятие и опускание флажков; выпады, ходьба по кругу со сцепленными, поднятыми вверх руками; кружение парами за правую руку | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|---|--|---|
| | | | Парная пляска. Чешская народная мелодия. Бальный чешский танец «Аннушка» | |
| 31. | Русский народный танец «Берёзка» | Развивать мелкую моторику рук. Уметь эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Переменный шаг. Комплекс ОРУ под музыку. Элементы русской пляски. Русский народный танец «Берёзка». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 32. | Русский народный танец «Берёзка». | Формировать навык выразительности танцевальных движений. Уметь осуществлять взаимоконтроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь. | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать. Комплекс ОРУ с б. мячом. Русский народный танец «Берёзка». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 33. | Русский народный танец «Полянка». | Создавать положительную мотивацию к занятиям, направленную на разгрузку и отдых. Осознавать важность коммуникативных умений в жизни человека. | Шаг энергичный и спокойный, осторожный. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|
| 34. | Русский народный танец «Полянка». | Развивать координацию движений. Совершенствовать технику выполнения движений парами. Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. | Русский народный танец «Полянка». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
|-----|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|

РИТМИКА
3 класс
(1 час в неделю – 34 часа)
Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для 3 класса для обучающихся с задержкой психического развития (далее–ЗПР) на уровне начального общего образования составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598) (далее – ФГОС НОО ОВЗ), Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1023), Федеральной рабочей программы по ритмике для обучающихся с задержкой психического развития на уровне начального общего образования, разработанной ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики» и размещенной на сайте <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>, Федеральной программы воспитания, Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития МБОУ СОШ №149 (вариант 7.2).

Цель курса занятий ритмикой заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с ЗПР в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);

развитие чувства ритма и выразительности движений;

развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития;

развитие выразительности движений и самовыражения;

развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений; коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;

развитие общей и речевой моторики;

формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Формировать красивую осанку, выразительность и пластику движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» традиционно включается в содержание образования обучающихся с ЗПР. Он является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корригируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому

развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуется эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты. Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Отмечено, что занятия ритмикой

положительно влияют на состояние эмоциональной и познавательной сфер, а также развивают творческое воображение.

Музыкальные произведения подбираются таким образом, чтобы оказывать дисциплинирующее и организующее воздействие. Характер произведений подбирается в зависимости от состава обучающихся в конкретном классе, доминирующего эмоционального состояния детей. Уже в 1 классе решается задача интеграции музыки и движений или движений и речи. Сложные («тройные») связи специально не формируют (это осуществляется в более старших классах начальной школы).

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);

- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);

- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);

- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

- игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования).

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

В 3 классе программа курса содержит 4 раздела: «Ритмикогимнастические упражнения», «Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами», «Импровизация движений на музыкальные темы. Игры под музыку», «Народные пляски и современные движения».

У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения, танец), движениями и речью (упражнения под проговаривание стихов). После того как сформированы умения, коррекционное содержание ритмики усложняется. Основная работа направлена на развитие «тройных» связей: музыки, танца и игры на музыкальных инструментах или декламации песен с комплексом танцевальных упражнений под музыкальное сопровождение.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей, обучающихся с ЗПР.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

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. 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. Игры под музыку

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.

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

Регулятивные результаты:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные результаты:

- понимать и 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;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

Коммуникативные результаты:

- учиться 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;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Коррекционные результаты:

- коррекция речи, мышления, памяти на основе игр;
- коррекция мелкой моторики через игру и специальные упражнения.
- коррекция пространственной ориентировки и внимания через игры и специальные упражнения.
- коррекция эмоциональной сферы через упражнения.
- коррекция логического мышления через выполнение заданий и отгадывание загадок.
- коррекция поведения через положительные эмоции.

Предметные результаты:

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;

- выполнять построения (в колонну по диагонали, шеренгу, цепочку, круг, пары) и перестроения (в шеренги, в круг из шеренги и обратно, из колонны в пары и обратно);

- выполнять ходьбу, бег, маршировку, прыжки, поскоки под изменяющуюся музыку;

- выполнять упражнения на сложную координацию с предметами;

- определять характер, темп и плавность у изменяющейся музыки;

- прохлопывать предложенный ритмический рисунок и использовать это умение в танцах, передавать ритм через похлопывания и притопывания;

- коллективно исполнять простые изученные произведения на музыкальных инструментах под аккомпанемент учителя (ложки, бубен, тамбурин, треугольник, металлофон, ксилофон и др.);

- отражать в ритмико-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику изменяющейся музыки;

- держать "линию танца";

- выполнять синхронные ритмико-гимнастические и танцевальные движения в парах;

- выполнять имитационные движения (отдельные и в миниатюрах);

- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;

- выполнять танцевальные движения с предметами;

- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (ложки, бубен, погремушка, барабан и т.д.);

- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах.

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценка по коррекционному курсу «Ритмика», должна учитывать индивидуальный уровень интеллектуального, психического и музыкального развития обучающихся, интенсивность формирования музыкально-слуховых представлений, практических умений и навыков, накопление первичных знаний о музыке. Поводом для отрицательной оценки действий обучающихся не могут служить отсутствие ярко выраженного интереса к музыкально-ритмическим занятиям и эмоционального отклика на музыку, бедность танцевальных движений, нарушение координации между слухом и голосом, слухом и моторно-двигательными проявлениями.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Федеральная рабочая программа Начального общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2.) коррекционному курсу «Ритмика». <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>

2. Программы для общеобразовательных учреждений. Коррекционно - развивающее обучение: Начальные классы / Автор программы Н.А. Цыпина. - М.: Дрофа, 2012 г.

2. Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов
2. <http://school-collection.edu.ru>
3. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
4. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ. культуры
5. [://www.infosport.ru/press/fkvot/](http://www.infosport.ru/press/fkvot/) - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
<http://fizkultura-na5.ru>
<http://obg-fizkultura.ru>

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО РИТМИКЕ

3 КЛАСС

1 час в неделю (34ч)

| № п/п | Тема урока | Программное содержание | Виды деятельности обучающихся | Методы и формы организации обучения |
|--|---|--|--|--|
| Ритмико-гимнастические упражнения (10 ч.) | | | | |
| 1. | Основные движения под музыку 2, 3, 4 четверти. | Объяснять для чего нужно ОРУ под музыку осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. | Ритмика. Закрепление техники бега. Приставной шаг. Ходьба, бег на полупальцах, с различным положением рук, ОРУ под музыку 2/4. Приставной шаг – вперед, назад в сторону. П/И «Удочка». Упр. «Змея» | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 2. | Выделение хлопками, притопами сильной доли такта. | Рассказать тему «Твой организм» адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Знание. Твой организм. Ритмика. Освоение элемента русской народной пляски. Ходьба, бег, ОРУ под музыку. Русский хороводный шаг, дробный шаг. | Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др. |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| 3. | Чередование бега, подскоков, шага, в соответствии с изменением музыки. | Рассказать технику выполнения «Русского медленного шага». Самостоятельно формулировать познавательные цели. | Ритмика. Закрепление элемента русского народного пляса. Ходьба, бег, ОРУ под музыку. Русский хороводный шаг, дробный шаг, притопы, упр. на расслабление. Русский медленный шаг. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 4. | Общеразвивающие упражнения под музыку. | Рассказывать способ выполнения «Русского переменного шага» адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Ритмика. Совершенствование элементов русского народного пляса, «Русский переменный шаг». Ходьба, бег, ОРУ под музыку. Упр. «кораблик», шаг с притопом в сторону, кружение через правое плече. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 5. | Общеразвивающие упражнения под музыку. | Рассказать правила выполнения «Скрестного шага в сторону» адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Ритмика. Совершенствование элементов русского народного пляса, развитие координации. Ходьба, бег 2/4, ОРУ под музыку. «Скрестный шаг в сторону». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|----|------------------------------------|---|--|---|
| 6. | Упражнения на развитие равновесия. | Рассказать и показать упр. «Кошечка», осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. | Ритмика. Освоение упр. «кошечка», развитие координации, «Галоп» Ходьба, бег 2/4, ОРУ под музыку. Упр. «кошечка», движение парами, положение рук в танцах: руки на поясе «подбоченившись». «Галоп». | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 7. | Упражнения на развитие осанки. | Рассказать и показать положение рук в «Галопе». Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. | Ритмика. Развитие координационных способностей. «Галоп» в парах, положение рук в танце. Одна рука на поясе другая с платочком, руки убраны за спину. Русский танец. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 8. | Упражнения на развитие ловкости. | Рассказать историю танца. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | Освоение техники элементов танца «Польки». Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Полька». | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск |

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| | | | | художественного и технического решения. |
| 9. | Упражнения с гимнастическими снарядами. | Рассказать о элементах танца. Определять новый уровень отношений к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества. | Закрепление техники элементов танца «Польки», развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Полька» в парах под музыку, подскоки, галоп, шаг «Ковырялочка». | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 10. | Начало и окончание движения по сигналу. | Рассказывать и показывать технику выполнения шага «Польки» в сторону. Осознавать самого себя, как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. | Совершенствование техники элементов танца «Польки», развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Полька» в парах под музыку, подскоки, галоп, шаг «Польки» в сторону | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (3 ч.) | | | | |
| 11. | Исполнение ритмов в быстром темпе. | Рассказать и показать технику выполнения переступов в левую и | Освоение техники элементов «Вальса», развитие координации. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе |

| | | | | |
|-----|--|---|---|---|
| | | <p>правую сторону. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> | <p>Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс», упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, переступы в левую и правую сторону.</p> | <p>осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.</p> |
| 12. | <p>Согласованное звучание инструментов в ансамбле.</p> | <p>Рассказать историю танца. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> | <p>Освоение техники элементов «Вальса», вальсовый шаг вперед, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс», упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, вальсовый шаг вперед, переступы в левую и правую сторону, покачивания, переступание с ноги на ногу.</p> | <p>Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.</p> |
| 13. | <p>Использование нотной грамоты.</p> | <p>Рассказать и показать технику выполнения вальсового шага в сторону. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> | <p>Совершенствование техники элементов «Вальса», вальсовый шаг в сторону, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс», упражнение для рук на</p> | <p>Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной</p> |

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| | | | 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, вальсовый шаг в сторону, переступы в левую и правую сторону, покачивания, движение по кругу. | грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др. |
| Импровизация движений на музыкальные темы. Игры под музыку. (7 ч.) | | | | |
| 14. | Самостоятельный подбор свободных движений под музыку разного характера. | Выполнять «Вальс по кругу». Определять новый уровень отношения к самому себе, как к объекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. | Совершенствование техники элементов «Вальса» с предметом, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс» с предметом (мяч, обруч), упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, переступы в левую и правую сторону, покачивания, движение по кругу. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 15. | Передача мышечным напряжением и расслаблением диминуэндо. | Выполнять упр. «Книжка» Определять новый уровень отношения к самому себе, как к субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. | Освоение техники ритмико-гимнастических упражнений и развитие координации Ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ОРУ под музыку. Упр. «Книжка». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|--------------------------------|---|--|---|
| 16. | Определение регистра звучания. | Выполнять «Вальс с партнером». Осознавать самого себя, как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. | Закрепление техники элементов «Вальса» с партнером. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс» с предметом (мяч, обруч), упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, переступы в левую и правую сторону, покачивания, движение по кругу. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 17. | Игры под музыку. | Выполнять игру «Цоканье копыт» на ложках. Осознавать самого себя, как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. | Освоение упражнений для формирования правильной осанки. Развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Морская звезда», Игра «Цоканье копыт» на ложках. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 18. | Музыкальные игры с пением. | Выполнять упр. «Лисичка», Игру «Маятник» на ложках осуществлять действия по образцу и заданному правилу, | Закрепление упражнений для формирования правильной осанки. Развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Лисичка», | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| | | находить необходимую информацию. | Игра «Маятник» на ложках. | |
| 19. | Сценические постановки. | Знать, как выполнять упр. «Лисичка», Игра с мячами. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Совершенствование упражнений на осанку Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Лисичка», Игра с мячами. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 20. | Упражнения в отсроченном движении на 2х и 3х-голосного канон. | Рассказать о технике сюжетнообразных движений. Самостоятельно формулировать познавательные цели. | Освоение техники сюжетнообразных движений. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Подбор движений к музыкальному произведению. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| Народные пляски и современные движения (14 ч.) | | | | |
| 21. | Игры под музыку. | Рассказать сюжетно образное движение. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников | Освоение техники сюжетно образных движений и музыкальной игры Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Подбор движений к музыкальному произведению, импровизация образа под музыкальное произведение. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 22. | Совершенствование танцевальных движений предыдущих лет. | Рассказать историю создания марша. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Освоение техники элементов марша, развитие координации Строевые упражнения. Ходьба, бег, ОРУ 4/4. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: |

| | | | | |
|-----|---|--|--|---|
| | | | Выполнение упражнения со скакалкой под музыку, упражнение на расслабление. | импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 23. | Новые танцевальные элементы: присядка, полуприсядка на месте. | Рассказать технику выполнения элементов марша. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. | Совершенствование техники элементов марша, развитие координации Строевые упражнения. Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Марш. Повторить движения тактов 1/4, движение по кругу, упражнения со скакалкой. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 24. | Бальный танец «Русский лирический». | Рассказать, что такое «Этюд». Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. | Освоение выполнения этюда, развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр. «точки» под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 25. | Бальный танец «Русский лирический». | Рассказать и показать упр. со скакалкой. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. | Освоение выполнения этюда, ритмико-гимнастические упр. С предметом и развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр «точки» под музыку, упр. с мячом и скакалкой. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|-------------------------------------|---|---|---|
| 26. | Бальный танец «Русский лирический». | Показать игру «Маятник» на ложках. Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. | Освоение выполнения этюда, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр «точки» под музыку. Игра «маятник» на ложках. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 27. | Танец «Полькатройка». | Показать шаг «Полькатройка». Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Освоение элементов танца «Полька-тройка». Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе/в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 28. | Танец «Полька-тройка». | «Полька-тройка» в парах. Познавательные цели. | Освоение элементов танца «Полька-тройка» в парах Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе/в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног», Игра «Мячики». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 29. | Танец «Полька-тройка». | Показать технику ног в танце «Полька-тройка». Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Освоение элементов танца «Полька-тройка» в парах Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе/в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног», Игра | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные |

| | | | | |
|-----|--|--|--|---|
| | | | «Мячики». | упражнения - образы. |
| 30. | Русский народный танец «Полянка тройками». | Показать и рассказать элементы современного танца. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Освоение элементов современного танца, развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Мягкий пружинный шаг, высокий шаг, шаг с носка на пятку, «Полянка тройками» под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 31. | Русский народный танец «Полянка тройками». | Показать и рассказать элементы современного танца. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. | Освоение элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Мягкий пружинный бег, стремительный бег, прыжки с выбрасыванием ног в перед под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 32. | Русский народный танец «Полянка тройками». | Рассказать о подборе движений под музыку. Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. | Освоение элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Подскоки, шаг с подскоками, полуприседания с выставлением ноги на пятку или на носок, «Полянка тройками». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 33. | Бальный танец «Вару-вару». | Правильно подбирать комбинации элементов современного танца. Адекватно понимать | Совершенствование элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание |

| | | | | |
|-----|----------------------------|---|--|---|
| | | оценку взрослого и сверстника. | ОРУ 2/4 под музыку. Комбинации элементов современного танца. | интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 34. | Бальный танец «Вару-вару». | Правильно подбирать комбинации элементов современного танца. Определять новый уровень отношений к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества. | Совершенствование элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Комбинации элементов современного танца. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

РИТМИКА
4 класс
(1 час в неделю 34 часа)
Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для 4 класса для обучающихся с задержкой психического развития (далее–ЗПР) на уровне начального общего образования составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598) (далее – ФГОС НОО ОВЗ), Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1023), Федеральной рабочей программы по ритмике для обучающихся с задержкой психического развития на уровне начального общего образования, разработанной ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики» и размещенной на сайте <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>, Федеральной программы воспитания, Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития МБОУ СОШ № 149 (вариант 7.2).

Цель курса занятий ритмикой заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с ЗПР в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);

развитие чувства ритма и выразительности движений;

развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития;

развитие выразительности движений и самовыражения;

развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений; коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;

развитие общей и речевой моторики;

формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Формировать красивую осанку, выразительность и пластику движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» традиционно включается в содержание образования обучающихся с ЗПР. Он является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корригируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому

развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуется эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты. Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Отмечено, что занятия ритмикой

положительно влияют на состояние эмоциональной и познавательной сфер, а также развивают творческое воображение.

Музыкальные произведения подбираются таким образом, чтобы оказывать дисциплинирующее и организующее воздействие. Характер произведений подбирается в зависимости от состава обучающихся в конкретном классе, доминирующего эмоционального состояния детей. Уже в 1 классе решается задача интеграции музыки и движений или движений и речи. Сложные («тройные») связи специально не формируют (это осуществляется в более старших классах начальной школы).

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);

- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);

- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);

- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

- игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);

- танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев).

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Ритмико-гимнастические упражнения.

Различение на слух двух-, трех- и четырехдольных размеров, совершенствование движений под музыку со сменой метроритма. Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения, с переходом от умеренного к быстрому или медленному темпу. Отражение хлопками и притопами ритмического рисунка мелодии, исполнение в беге, при ходьбе или поскоках несложных ритмических рисунков. Составление простых ритмических рисунков. Упражнения в равновесии с подниманием на носки, с различными движениями рук, с подниманием ноги, с закрытыми глазами.

Исполнение общеразвивающих упражнений в различных темпах, усложнение упражнений, способствующих развитию силы, гибкости, правильной осанки, расслаблению определенной группы мышц. Цепочки упражнений; упражнения со снарядами.

Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами.

Понимание и передача на различных инструментах основных ритмов знакомых песен и ранее известных музыкальных пьес. Использование нотной грамоты при игре на инструментах. Исполнение канонов. Участие в ансамбле и в оркестре при исполнении различных ритмов в музыкальных произведениях.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку.

Совершенствование свободных и естественных движений под музыку разного характера. Импровизация движений на заданную тему. Передача различными формами движения динамики, мелодического и ритмического рисунка музыки, ее метроритма, темпа.

Подражательные движения, игры под музыку, игры с пением. Инсценирование песен, сценическое изображение сказки.

Упражнения в отсроченном движении под музыку двух- и трехголосного канона.

Народные пляски и современные танцевальные движения.

Совершенствование движений, отработанных в предыдущие годы. Усложненные упражнения в координации движений рук и ног при исполнении отдельных па и разученных танцев. Расширение объема танцевальных движений.

Различные композиции движений из русского танца, танцев других народов, современных массовых танцев. Исполнение различных разученных танцев.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

Регулятивные результаты:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные результаты:

- понимать и 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;

- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

Коммуникативные результаты:

- учиться 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;

- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Коррекционные результаты:

- коррекция речи, мышления, памяти на основе игр;

- коррекция мелкой моторики через игру и специальные упражнения.

- коррекция пространственной ориентировки и внимания через игры и специальные упражнения.

- коррекция эмоциональной сферы через упражнения.

- коррекция логического мышления через выполнение заданий и отгадывание загадок.

- коррекция поведения через положительные эмоции.

Предметные результаты:

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;

- выполнять построения (в шахматном порядке) и перестроения (из колонны по одному в колонну по четыре, из нескольких колонн в несколько кругов и т.д.);

- коллективно исполнять (в ансамбле, оркестре) изученные музыкальные произведения разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения и др.) под музыкальное сопровождение, аккомпанемент и без него;

- передавать на различных детских музыкальных инструментах ритмический рисунок знакомых песен;
- использовать нотную запись для игры на детских музыкальных инструментах по смысловой опоре;
- выполнять ритмико-гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку различного характера, темпа;
- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- импровизировать под музыку разного характера;
- отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки;
- начинать и заканчивать движение или исполнение на звучащем инструменте вместе с началом и окончанием звучания музыки;
- участвовать в инсценировке песен;
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- участвовать в различных композициях движений из изученных плясок и танцев;
- узнавать звучание общеизвестных народных плясок, популярных вальсов, отрывков из балетов;
- бережно относиться к детским музыкальным инструментам, аппаратуре, костюмам, реквизиту.

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценка по коррекционному курсу «Ритмика», должна учитывать индивидуальный уровень интеллектуального, психического и музыкального развития обучающихся, интенсивность формирования музыкально-слуховых представлений, практических умений и навыков, накопление первичных знаний о музыке. Поводом для отрицательной оценки действий обучающихся не могут служить отсутствие ярко выраженного интереса к музыкально-ритмическим занятиям и эмоционального отклика на музыку, бедность танцевальных движений, нарушение координации между слухом и голосом, слухом и моторно-двигательными проявлениями

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Федеральная рабочая программа Начального общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2.) коррекционному курсу «Ритмика». <https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/>
2. Программы для общеобразовательных учреждений. Коррекционно - развивающее обучение: Начальные классы / Автор программы Н.А. Цыпина. - М.: Дрофа, 2012 г.
3. Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов
2. <http://school-collection.edu.ru>
3. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

4. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ. культуры

5. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

<http://fizkultura-na5.ru>

<http://obg-fizkultura.ru>

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО РИТМИКЕ

4 КЛАСС

1ч в неделю (34ч)

| № п/п | Тема урока | Программное содержание | Виды деятельности обучающихся | Методы и формы организации обучения |
|---|---|---|---|---|
| Ритмико-гимнастические упражнения (8 ч.) | | | | |
| 1. | Различение на слух 2х,3х,4х дольных размеров. | Формировать навыки ориентировки в пространстве. Развивать внимание. Совершенствовать художественно – творческие способности. Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. | Перестроение в колонны по одному. по два. Смена ног в движении. Исполнение элементов танцев по программе 3 класса. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 2. | Ходьба и бег с изменением темпа движения. | Формировать навык правильной осанки. Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Уметь слушать и понимать учителя. | Повороты кругом переступанием. Общеразвивающие упражнения для кистей и пальцев рук. Длительности. Размер 2/4. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| 3. | Составление простых ритмических рисунков. | Совершенствовать художественно – творческие способности. Развивать координацию движений. | Ходьба со сменой ног по сигналу. Суставная гимнастика для шейного отдела позвоночника. Длительности. Группировка в размере 2/4. Элементы танца «На палубе корабля». | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 4. | Отражение хлопками ритмического рисунка. | Формировать навык выразительности танцевальных движений. Уметь устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. | Ходьба и бег по ориентирам. Общеразвивающие упражнения для туловища. Ритмический диктант. Элементы танца «На палубе корабля». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 5. | Выполнение ритмического рисунка на ходьбе. | Развивать мышечное чувство, пространственную ориентировку и координацию движений. Развивать умение распределять и переключать внимание. Уметь согласованно выполнять совместную деятельность. | Ходьба по диагонали и противходом направо и налево. Повороты кругом переступанием. Общеразвивающие упражнения для мышц рук и ног. Игра на фортепиано «Ручеёк». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|----|---|--|--|---|
| 6. | Общеразвивающие упражнения в разных темпах. | Формировать навык правильной осанки. Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Осваивать диалоговые формы общения взаимодействовать с другими людьми в достижении общих целей. | Ходьба по ориентирам. Упражнения с лентами: «На мельнице». Игра на фортепиано: «У кота». Танцевальные движения «Шаловливые часы». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 7. | Усложнения упражнений на развитие силы. | Создавать положительную мотивацию к занятиям, направленную на разгрузку и отдых. Развивать координацию движений. Развивать прыгучесть. Уметь использовать методы социальноэстетической коммуникации. | Перестроение из колонны по одному, по два последовательным поворотом налево. Направо. Упражнение с большими обручами: «На лесной поляне». Игра на фортепиано: «Качи». Танцевальные упражнения: «Весёлые клоуны». | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |
| 8. | Упражнения с гимнастическими снарядами. | Развивать мышечное чувство, пространственную ориентировку и координацию движений. Развивать умение распределять и переключать внимание. Учитывать разные мнения и стремиться к | Ходьба по ориентирам, начертанным диагоналям, змейкам. Ритмико-гимнастические упражнения для туловища с гимнастическими палками. | Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. |

| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| | | координации различных позиций в сотрудничестве. | | |
| Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (4 ч.) | | | | |
| 9. | Передача на инструментах ритмов песен. | Формировать навык правильной осанки. Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Смена ног в движении. Игра на фортепиано - «Вот лягушка по дорожке». Музыкальная игра «Гавот». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 10. | Передача на инструментах ритмов песен. | Формировать навык выразительности танцевальных движений. Уметь излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий. | Ходьба противходом. Танцевальные упражнения – «Волшебный сад». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 11. | Исполнение 2х голосных канонов. | Развивать мелкую моторику рук. Уметь использовать разные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач, в том числе информационных. | Повороты кругом переступанием. Музыкальная игра «Пчёлка». Игра на фортепиано «Ходит зайка», «Капельки» | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|---|---|--|--|--|
| 12. | Участие в ансамбле, оркестре при исполнении ритмов. | Формировать навык правильной осанки. Развивать чувство ритма, музыкальный слух. Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Танцевальные движения «Детство». Игра на фортепиано «Веночек». Общеукрепляющие упражнения. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| Импровизация движений на музыкальные темы. Игры под музыку. (8 ч.) | | | | |
| 13. | Использование нотной грамоты. | Рассказать и показать технику выполнения вальсового шага в сторону. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Совершенствование техники элементов «Вальса», вальсовый шаг в сторону, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс», упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, вальсовый шаг в сторону, переступы в левую и правую сторону, покачивания, движение по кругу. | Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др. |
| 14. | Самостоятельный подбор свободных движений под музыку разного характера. | Выполнять «Вальс по кругу». Определять новый уровень отношения к самому себе, как к объекту деятельности, контролировать процесс и | Совершенствование техники элементов «Вальса» с предметом, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс» с | Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются |

| | | | | |
|-----|---|--|---|--|
| | | оценивать результат своей деятельности. | предметом (мяч, обруч), упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, переступы в левую и правую сторону, покачивания, движение по кругу. | элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др. |
| 15. | Передача мышечным напряжением и расслаблением диминуэндо. | Выполнять упр. «Книжка» Определять новый уровень отношения к самому себе, как к субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. | Освоение техники ритмико-гимнастических упражнений и развитие координации Ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ОРУ под музыку, упр «Книжка». | Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др. |
| 16. | Определение регистра звучания. | Выполнять «Вальс с партнером». Осознавать самого себя, как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. | Закрепление техники элементов «Вальса» с партнером. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс» с предметом (мяч, обруч), упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, переступы в левую и правую сторону, | Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, |

| | | | | |
|-----|---|--|---|---|
| | | | покачивания, движение по кругу. | историческая справка и др. |
| 17. | Игры под музыку. | Выполнять игру «Цоканье копыт» на ложках. Осознавать самого себя, как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. | Освоение упражнений для формирования правильной осанки. Развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Морская звезда», Игра «Цоканье копыт» на ложках. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 18. | Музыкальные игры с пением. | Выполнять упр. «Лисичка», Игру «Маятник» на ложках осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. | Закрепление упражнений для формирования правильной осанки. Развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Лисичка», Игра «Маятник» на ложках. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 19. | Сценические постановки. | Знать, как выполнять упр. «Лисичка», Игра с мячами. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Совершенствование упражнений на осанку Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Лисичка», Игра с мячами. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 20. | Упражнения в отсроченном движении на 2х и 3х-голосного канон. | Рассказать о технике сюжетнообразных движений. | Освоение техники сюжетнообразных движений. Ходьба, бег, | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | Самостоятельно формулировать познавательные цели. | ОРУ 2/4 под музыку. Подбор движений к музыкальному произведению. | интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| Народные пляски и современные движения (14 ч.) | | | | |
| 21. | Игры под музыку. | Рассказать сюжетно образное движение. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников | Освоение техники сюжетно образных движений и музыкальной игры Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Подбор движений к музыкальному произведению, импровизация образа под музыкальное произведение. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 22. | Совершенствование танцевальных движений предыдущих лет. | Рассказать историю создания марша. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Освоение техники элементов марша, развитие координации Строевые упражнения. Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Выполнение упражнения со скакалкой под музыку, упражнение на расслабление. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |
| 23. | Новые танцевальные элементы: присядка, полуприсядка на месте. | Рассказать технику выполнения элементов марша. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к | Совершенствование техники элементов марша, развитие координации Строевые упражнения. Ходьба, бег, ОРУ 4/4. | Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. |

| | | | | |
|-----|-------------------------------------|---|---|---|
| | | преодолению препятствий и самокоррекции. | Марш. Повторить движения тактов 1/4, движение по кругу, упражнения со скакалкой. | |
| 24. | Бальный танец «Русский лирический». | Рассказать, что такое «Этюд». Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. | Освоение выполнения этюда, развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр. «точки» под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 25. | Бальный танец «Русский лирический». | Рассказать и показать упр. со скакалкой. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. | Освоение выполнения этюда, ритмико-гимнастические упр. С предметом и развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр «точки» под музыку, упр. с мячом и скакалкой. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 26. | Бальный танец «Русский лирический». | Показать игру «Маятник» на ложках. Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. | Освоение выполнения этюда, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр «точки» под музыку. Игра «маятник» на ложках. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |

| | | | | |
|-----|--|---|---|---|
| 27. | Танец «Полькатройка». | Показать шаг «Полькатройка». Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Освоение элементов танца «Полька-тройка». Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе/в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 28. | Танец «Полька-тройка». | «Полька-тройка» в парах. Познавательные цели. | Освоение элементов танца «Полька-тройка» в парах Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе/в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног», Игра «Мячики». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 29. | Танец «Полька-тройка». | Показать технику ног в танце «Полька-тройка». Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Освоение элементов танца «Полька-тройка» в парах Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе/в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног», Игра «Мячики». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 30. | Русский народный танец «Полянка тройками». | Показать и рассказать элементы современного танца. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Освоение элементов современного танца, развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Мягкий пружинный шаг, высокий шаг, шаг с носка | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные |

| | | | | |
|-----|--|--|--|---|
| | | | на пятку, «Полянка тройками» под музыку. | упражнения - образы. |
| 31. | Русский народный танец «Полянка тройками». | Показать и рассказать элементы современного танца. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. | Освоение элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Мягкий пружинный бег, стремительный бег, прыжки с выбрасыванием ног в перед под музыку. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 32. | Русский народный танец «Полянка тройками». | Рассказать о подборе движений под музыку. Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. | Освоение элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Подскоки, шаг с подскоками, полуприседания с выставлением ноги на пятку или на носок, «Полянка тройками». | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 33. | Бальный танец «Вару-вару». | Правильно подбирать комбинации элементов современного танца. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. | Совершенствование элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Комбинации элементов современного танца. | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
| 34. | Бальный танец «Вару-вару». | Правильно подбирать комбинации элементов современного танца. | Совершенствование элементов современного танца, развитие | Метод активного слушания музыки, где происходит проживание |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | Определять новый уровень отношений к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества. | координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Комбинации элементов современного танца. | интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы. |
|--|--|---|--|--|

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884104

Владелец Рябенко Ольга Сергеевна

Действителен с 28.08.2024 по 28.08.2025