

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
Протокол № 9
От 31.08.2023 года

Утверждаю
Директор школы
Л.Ю.Мортова

Приказ № 174-ос от
01.09.2023 года

Рабочая программа

Коррекционного курса « Музыкально-ритмические занятия»

для обучающихся 1, 1 доп. -4 классов

Программа разработана в соответствии с приказом МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ от 24 ноября 2022 г. N 1023 «ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ФЕДЕРАЛЬНОЙ АДАптиРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ», АООП обучающихся с ЗПР (вариант 7.2.) ГБОУ СО « Санаторная школа-интернат г. Калининска»

Разработчик программы: учитель Романов В.Д.

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Ритмика» для обучающихся с ЗПР составлена на основе: Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, от 19 декабря 2014 г. № 1598; адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ЗПР (вариант 7.2); Программа для общеобразовательных учреждений. Коррекционно - развивающее обучение: Начальные классы / Автор программы Н.А. Цыпина.- М.: Дрофа, 2001.

Программа коррекционного курса «Ритмика» включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы коррекционного курса, тематическое планирование.

Пояснительная записка отражает общую характеристику курса «Ритмика», цели и задачи курса, его значение для социальной адаптации обучающихся с ЗПР, а также место курса Ритмики в структуре учебного плана.

Планируемые результаты освоения курса «Ритмика» согласуются с задачами данного курса и в целом ориентированы на овладение обучающимися сЗПР социальными компетенциями.

В тематическом планировании отражено содержание образовательно-коррекционной работы по всем выделенным тематическим разделам; раскрывается характеристика основных видов деятельности обучающихся с ЗПР с учётом их психофизических возможностей, особых образовательных потребностей, специфических задач курса Ритмики.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

Уроки ритмики, предоставляют всем детям возможности не только для физической, но и для культурной и творческой деятельности, позволяют сделать более динамичной и плодотворной взаимосвязь образования, культуры и искусства. Ритмика для детей с расстройствами аутистического спектра крайне значима и направлена на развитие музыкальности, координации, чувства ритма. Музыкально-ритмическое воспитание прививает детям интерес к движению, способствует улучшению координации, повышению пластичности, снижению проявлений механической походки и является полезным материалом для развития воображения и творческой активности.

Формирование опыта эмоционально-образного восприятия, начальное овладение ритмическим упражнениями, приобретение знаний и умений, овладение универсальными учебными действиями, становится фундаментом обучения на дальнейших ступенях общего образования, обеспечивает введение учащихся в мир искусства и понимание неразрывной связи движения и жизни.

Кроме того, ритмика способствует формированию правильной осанки, силы, ловкости и выносливости, что необходимо детям с ЗПР. Занятия ритмикой позволяют задать правильное направление физическому развитию тела.

Внимание на занятиях акцентируется на личностном развитии, нравственно-эстетическом воспитании, формировании культуры мировосприятия младших школьников через эмоционально-эстетический отклик на движение и музыку. Уже на начальном этапе обучения дети с помощью педагога и тьютора учатся понимать, что музыка и движение открывают перед ними возможности для познания чувств и мыслей человека, развивают способность сопереживать, встать на позицию другого человека, вести диалог, участвовать в обсуждении значимых для человека явлений жизни и искусства, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Это способствует формированию интереса и мотивации к дальнейшему овладению различными видами деятельности и организации своего культурно-познавательного досуга.

Содержание обучения ориентировано на целенаправленную организацию и планомерное формирование ритмической учебной деятельности, способствующей личностному, коммуникативному, познавательному и социальному развитию растущего человека. Кроме того, на данном предмете для детей с РАС широко решаются коррекционные задачи, в том числе по представлению себя, умению владеть своим телом и использовать эти навыки в процессе коммуникации и формирования социального поведения.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

Цели и задачи изучения предмета.

Создание условий для развития навыка движения под музыку, восприятия музыки и речи на слух в естественных условиях на оптимальном расстоянии; формирования самостоятельности, положительных качеств личности и нравственно-этических норм поведения, эстетического воспитания.

Задачи:

- развивать гибкость, пластичность;

- тренировать творческое воображение, навыки самовыражения через движения;
- улучшать координацию движений;
- учить проявлять инициативу, работать с другими детьми (вначале с помощью учителя или тьютора);
- развивать и совершенствовать коммуникативные навыки;
- учить чувствовать мелодию, развивать музыкальный слух и слуховое восприятие;
- формировать уверенность в себе
- расширять кругозор, эстетическое развитие, нравственное развитие

Условия эффективности выполнения программы.

При решении образовательных, эстетических и воспитательных задач на занятиях по ритмике, важно учитывать общедидактические и специфические принципы и подходы:

Личностно – ориентированное взаимодействие при котором организация образовательной деятельности строится на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка, учет социальной ситуации его развития.

Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса, т.е. создание предметно - развивающей среды в организации образовательного процесса. Организация взаимодействия всех участников образовательного процесса в образовательную и коррекционную работу школы.

Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок и требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. При этом, необходимо помнить, что нагрузки должны сочетаться с качественным отдыхом.

Систематичность, то есть регулярность занятий. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

Вариативность по интенсивности и продолжительности нагрузок, разносторонности.

Наглядность - это демонстрация учителем, тьютором или другим ребенком определенных упражнений, использование различных атрибутов и инвентаря.

Доступность предлагаемых упражнений, с учетом принципов: от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

Закрепление навыков. Выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.

Индивидуальный подход, как создание условий для самостоятельной активности каждого ребенка с ЗПР, вне зависимости от его особенностей и возможностей.

Формирование социально активной личности через взаимодействие с другими детьми и взрослыми, а также применение современных педагогических идей, таких как, «фьюжн» (сплав нескольких видов пластических направлений) и др.

Деятельностный подход, т.е. создание оптимальных условий для проявления творческой активности ребенка, способствующей его саморазвитию.

Личностный подход. Организация предметно-развивающей среды для максимальной ориентации на личность ребенка, его самостоятельность, инициативу.

Культурно - исторический подход, при котором организация образовательной и воспитательной работы строится с учетом национальных ценностей и традиций страны, родного города, деревни, а также через приобщение к основным компонентам человеческой культуры.

Учитель в ходе занятий должен использовать различные методики обучения, подавать упражнения в виде увлекательной игры, поскольку для детей с ЗПР владением собственным телом представляет значительные трудности. Обучающиеся должны в непринужденной форме осваивать новые для них движения и закреплять их в своем опыте.

С учётом этих особенностей педагогам *рекомендуется*:

- четкое деление на этапы урока, логическая связь этапов;
- подача нового материала небольшими дозами; постоянное повторение в различных вариантах.

Занимаясь ритмикой, детям с ЗПР не обязательно заучивать точность движений. Основной акцент необходимо делать на то, чтобы научить детей воспринимать ритм, владеть своим телом, пробудить воображение и развить творческие способности.

Танцы, предусмотренные программой по ритмике, просты в исполнении и позволяют детям достаточно успешно овладеть ими, а также способны подарить детям радость и удовольствие. Композиции должны нести в себе определенный сюжет, который выражается с помощью танцевальных движений, пластики и пространственных построений. Небольшие постановки можно делать костюмированными, вовлекать в их реализацию обучающихся разных классов и даже родителей.

Выполняя упражнения в игровой форме, дети с ЗПР учатся согласовывать движения с музыкой, например, двигаться топающими движениями «паровозиком», водить хоровод, танцевать в паре. Насыщение занятия игровыми упражнениями, имитационными движениями, сюжетно-творческими зарисовками усилит эмоциональное восприятие

музыки и движений детьми, а, соответственно, поможет полнее и всестороннее решить поставленные коррекционные и развивающие задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях в качестве динамических пауз – физкультминуток – в том случае, если достаточно большая часть занятия проводится сидя на стульях; или же наоборот – для отдыха – если все занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Дети с ЗПР не должны встречать критических замечаний по поводу качества исполнения, поскольку это является для них крайне трудным навыком и может повлиять на их желание заниматься ритмикой. В спокойной и дружелюбной обстановке дети раскрепощаются и раскрываются. А работа в группе, приобщение к единому танцевальному процессу развивает коммуникативные навыки и способствует коррекции имеющихся у них особенностей.

Разучивая новое движение, учитель должен стараться использовать его в различных комбинациях, связках, чтобы ребенок с ЗПР запомнил его и умел использовать самостоятельно.

При определении подходов к обучению, особое внимание следует уделять повышению уровня эмоционального, личностного и интеллектуального развития обучающихся с ЗПР. Характерной особенностью учебно-воспитательного процесса должно стать активное взаимодействие с обучающимися в целях максимального использования потенциальных возможностей каждого.

При определении методик обучения особое внимание уделяется повышению уровня интеллектуального развития обучающихся с ЗПР. Характерной особенностью учебно-воспитательного процесса должно стать активное воздействие на умственное развитие детей с ЗПР в целях максимального использования потенциальных возможностей каждого.

В целях успешного решения задач обучения в этих классах активно используются организационно-педагогические технологии:

1) сочетание индивидуальной и дифференцированной работы с обучающимися с РАС на уроке и коррекционном занятии, с целью устранения причин, вызывающих трудность в обучении, оказание индивидуальной помощи обучающимся с ЗПР;

2) информационно - коммуникационная технология в целях развития коммуникативной культуры, развития речи, памяти и т.д.

3) из предметных технологий используются игровая технология, метод проектов и т.д. для развития познавательных интересов обучающихся с ЗПР в соответствии с возрастными особенностями.

С целью достижения планируемых результатов освоения ФАОП НОО обучающихся с ЗПР используются:

- формы организации учебного процесса: работа в группах и в парах, проектная работа, дидактические игры, дифференциация процесса.

- Методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-репродуктивный, проблемно-ситуативный, рассказ, объяснение, беседа и др.

- Формы определения уровня развития УУД обучающихся с ЗПР: рефлексия работы, самооценка (с помощью учителя или тьютора), проекты, тесты, и др.

МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

На изучение коррекционного курса «Ритмика» в начальной школе отводятся часы внеурочной деятельности учебного плана, входящие в коррекционно-развивающую область. При реализации варианта 7.2 ФАОП НОО, коррекционный курс «Ритмика» изучается в 1-1 дополнительном - 4 классах. Время, отводимое на проведение одного коррекционного занятия, составляет 40 минут. Занятия проводятся в группах, фронтально, 1 час в неделю (33-34 часа в год).

2.СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

1 КЛАСС

№п.п.	Название разделов, тем	Кол. часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка. Построение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	4
2	Ритмико–гимнастические упражнения Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»)	13

	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты) Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку) Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч) Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы Упражнения на выработку осанки	
	Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков	

	<u>Имитация отряхивания воды с пальцев</u> <u>Свободное круговое движение рук</u> <u>Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник)</u>	
3	Упражнения музыкальными инструментами сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. Движение кистей рук в разных направлениях. Поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе	5
4	Игры под музыку Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий танцевальный бег сменяется	5

	стремительным спортивным; легкое подпрыгивание – тяжелым и т.д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах (повадки зверей и птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.	
5	Танцевальные упражнения Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерны особенности танцев разных национальностей. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек – движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	6
Итого:		33 часа

1 КЛАСС(ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ)

№п.п.	Название разделов, тем	Кол. часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка. Построение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	4
2	Ритмико–гимнастические упражнения Упражнения на координацию движений Упражнение на расслабление мышц Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики») Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты) Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку) Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч) Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы Упражнения на выработку осанки	13

	<u>Перекрестное поднятие и опускание рук</u> (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков	
	<u>Имитация отряхивания воды с пальцев</u> <u>Свободное круговое движение рук</u> <u>Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник)</u>	
3	Упражнения музыкальными инструментами сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. Движение кистей рук в разных направлениях. Поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.	5

	Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе	
4	Игры под музыку Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий танцевальный бег сменяется стремительным спортивным; легкое подпрыгивание – тяжелым и т.д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах (повадки зверей и птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.	5
5	Танцевальные упражнения Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерны особенности танцев разных национальностей. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах.	6

	Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек – движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	
Итого:		34 часа

2 КЛАСС

№п.п.	Название разделов, тем	Кол. часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве Игры под музыку. 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». Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. «Танцевальная комбинация на расслабление мышц».	3
2	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны,	3

	раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Повторение элементов танца по программе для 1 класса. 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. 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. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.	
3	Танец: «Русская хороводная пляска Танец: «Русская хороводная пляска». Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».	3
4	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку. Построение в колонну по два. Игры с пением и речевым сопровождением. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Музыкальные игры с предметами. «Третий лишний».	2
5	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на	2

	затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета. 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 вперед. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки. 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.	
.6	Упражнения с 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 поочередно.	1
7	Танец: «Хлопки. Полька». Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.	2
8	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Игры с пением и речевым сопровождением «Карусель». Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Игры с пением и речевым сопровождением: «Приглашение».	3
. 9	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения Общеразвивающие упражнения. Опускание и поднимание	3

	предметов перед собой, сбоку без сгибания колен Выставление левой и правой ноги поочерёдно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание 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 поскаками, 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). 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 поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т.д.). Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскаками, 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). 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 поскаками, 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).	
. 10	Упражнения с музыкальными инструментами Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и поочерёдно в разных	

	вариациях.	
11	Танец: «Зеркало». Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелёк».	3
12	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку. 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».	2
.12	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения 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. 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 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.	2
.	Упражнения с музыкальными инструментами Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане	1

13	двумя палочками одновременно и поочерёдно в разных вариациях.	
14	Танец: «Парная пляска». Парная пляска. Чешская народная мелодия.	3
Итого		34 часа

3 КЛАСС

№п.п.	Название разделов, тем	Кол. часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Карусель». Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Третий лишний».	2
2	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повторение элементов танца по программе 2 класса.	3

	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. Шаг на носках, шаг польки. 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). Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп.	
3	Танец: «Русская хороводная пляска». «Попрыгунчики». Танец: «Русская хороводная пляска». «Попрыгунчики».	4
4	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку. Построение в колонны по три. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Приглашение!». Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой – на шаг назад. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением: «Пляска с гостями».	2
5	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения.	2

	Общеразвивающие упражнения. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Неторопливые приседания с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. 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). Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Упражнения на координацию движений. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	
6	Упражнения с музыкальными инструментами. Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.	1
7	Танец: «Дружные тройки. Полька». Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса.	2
8.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку	3

	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Ладушки». Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Кто первый». Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Танцевальная эстафета».	
9	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед, в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Движения парами: боковой галоп, пскоки Упражнения на координацию движений. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Движения парами: боковой галоп, пскоки. Упражнения на расслабление мышц. Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с	3

	ноги на ногу, из стороны в сторону. Движения парами: боковой галоп, поскоки.	
10	Упражнения с музыкальными инструментами. Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.	1
11	Танец: «Танец с хлопками». Танец с хлопками. Карельская народная мелодия.	3
12	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «День и ночь». Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Ритмическая эстафета».	2
13	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на расслабление мышц. 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. Элементы украинского танца: «бегунец», «верёвочка» Упражнения на координацию движений. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Элементы украинского танца: «бегунец», «верёвочка».	2
	Упражнения с музыкальными инструментами	1

14	Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками	
15	Танец: «Парная пляска». Парная пляска. Чешская народная мелодия	3
Итого		34

4 КЛАСС

№п.п.	Название разделов, тем	Кол. часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве Перестроиться из колонны по одному в колонну по четыре. Правильное исходное положение. Ходьба разным шагом.	1
2	Ритмико-гимнастические упражнения. Музыкально-ритмические навыки: учить реагировать на начало и конец музыки, двигаться в соответствии с ее контрастным характером (спокойной, плясовой). Круговые движения головы (с акцентом). Движения кистями рук. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы.	2
3	Игры под музыку. Упражнения с детскими музыкальными инструментами Передача в движениях частей музыкального произведения. Упражнения на передачу ритмических рисунков темповых и динамических изменений в музыке.	2
4	Танцевальные упражнения. Повторение элементов танцев по программе 3 класс. Упражнения на различение элементов	2

	народных танцев. Хороводы. Танцевальный элемент «присядка».	
5	Упражнения на ориентировку в пространстве. Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.	1
6	Ритмико-гимнастические упражнения. Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Выбрасывать руки вперед, в стороны, вверх.	2 ч
7	Игры под музыку. Упражнения с детскими музыкальными инструментами Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Игры под музыку. Прохлопывание ритмичного рисунка прозвучавшей мелодии. Упражнение с барабанными палочками.	2 ч
8	Танцевальные упражнения. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы хороводного танца. Танцы и пляски.	2 ч
9	Упражнения на ориентировку в пространстве. Музыкально-ритмические навыки: учить детей ходить в умеренном темпе, освоение ходьбы разными способами с опорой на образ. Перестроение из одного круга в концентрические круги. Навыки выразительного движения: продолжать воспитывать эстетическое отношение к исполнению танцевального движения, побуждать к пластической выразительности знакомых	2 ч

	персонажей.	
10	Ритмико-гимнастические упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы.	2 ч
11	Игры под музыку. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Побуждать детей принимать активное участие в коллективных подвижных играх, выполнять простые правила игры. Игра на музыкальных шумовых инструментах. Отстукивание сильной доли в двухдольном размере. Формировать восприятие динамики звучания: тихо – громко. Выразительная и эмоциональная передача игровых образов.	2 ч
12	Танцевальные упражнения. Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1 ч
13	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную	2 ч
14	Ритмико-гимнастические упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед.	2 ч
15	Игры под музыку. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	2 ч

	Игра на музыкальных шумовых инструментах. Отстукивание сильной доли в двухдольном размере. Формировать чувство темпа в музыке: быстро-медленно. Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей.	
16	Танцевальные упражнения. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Танцевальные упражнения. Круговой галоп.	1 ч
17	Упражнения на ориентировку в пространстве. Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения	2 ч
18	Ритмико-гимнастические упражнения. Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки. Сочетание хлопков и притопов с предметами.	2 ч
19	Игры под музыку. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Игры под музыку. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на металлофоне, маракасах и др.	2 ч
20	Танцевальные упражнения. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Двигаться парами по кругу лицом, боком. Выполнять основные движения народных	2 ч

	танцев.	
Итого:		34 часа

3.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные, метапредметные и предметные 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» 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 РАС.

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.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

- - развитие художественного вкуса, устойчивого интереса к музыкально-ритмическому искусству и различным видам (или какому-либо виду) творческой деятельности;
- - развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов искусств, размышлять о музыке и танцевальном искусстве как способе выражения духовных переживаний человека;
- - общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства;
- - представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, региональной самобытности музыкального и танцевального искусства разных народов.

1 КЛАСС(ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ)

- - развитие художественного вкуса, устойчивого интереса к музыкально-ритмическому искусству и различным видам (или какому-либо виду) творческой деятельности;

- - развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов искусств, размышлять о музыке и танцевальном искусстве как способе выражения духовных переживаний человека;
- - общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства;
- - представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, региональной самобытности музыкального и танцевального искусства разных народов.

2 КЛАСС

Обучающийся научится:

- выполнять упражнения по инструкции учителя;
- соблюдать правила индивидуальной, групповой, коллективной деятельности на уроке;
- формирование и развитие навыков самоконтроля, соблюдения правил безопасности при выполнении танцевальных упражнений;
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

3 КЛАСС

Обучающийся научится:

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- сохранять интервалы при движении в колонне парами;
- выполнять повороты по ориентирам, построения по словесной инструкции;
- начинать движение по музыкальному сигналу;
- выделять сильную долю музыки, отстукивать ритмический рисунок;
- самостоятельно передавать темповые и динамические изменения в музыке движениями.

4 класс

- Положительное отношение к музыкально-ритмическим занятиям.
- Развитие восприятия музыки, интереса и внимания к музыкальному звучанию.
- Развитие правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку (основных, элементарных гимнастических и танцевальных), умений выполнять построения и перестроения, исполнять под музыку несложные композиции народных, бальных и современных танцев, импровизировать движения под музыку.
- Умения эмоционально, выразительно и ритмично исполнять музыкальные пьесы на элементарных музыкальных инструментах в ансамбле под аккомпанемент учителя.
- Развитие у обучающихся стремления и умений применять приобретенный опыт в музыкально-ритмической деятельности во внеурочное время, в том числе при реализации совместных проектов со сверстниками.