

Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области  
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области, реализующее адаптированные основные  
общеобразовательные программы,  
«Центр «Дар»

Директор ГБОУ «Центр «Дар»  
Н.И. Шляпкинова  
Приказ № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ г

Рабочая программа по ритмике  
для обучающихся 4 класса  
(1 вариант)

Составитель Потапова С.В.

Реж — 2023 – 2024 уч.год

## I Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» составлена в соответствии с:

- Федеральным законом РФ «Об образовании» № 273 –ф от 29.12.2012
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью ГБОУ СО «Центр «Дар»
- Учебным планом ГБОУ СО «Центр «Дар»
- Годовым календарным учебным графиком ГБОУ СО «Центр «Дар»

**Цель:** развитие двигательной активности ребенка с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) в процессе восприятия музыки.

### **Задачи:**

1. Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях.
2. Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
3. Развивать музыкальные способности(эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).
4. Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки.
5. Развивать координацию движений.
6. Научить выполнять под музыку различные движения.
7. Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

### **Планируемые результаты.**

#### **Личностные результаты:**

1. Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения /нарушения моральной нормы.
2. Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств средствами ритмики.
3. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей.

#### **Предметные результаты:**

1. Отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски.
2. Различать основные характерные движения некоторых народных танцев.
3. Выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд.
4. Представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.
5. Ходьба в различном темпе с различными исходными положениями.
6. Выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне.

Предметные результаты имеют три уровня овладения: достаточный и минимальный. Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

Минимальный уровень	Достаточный уровень	Ниже минимального
<p>-рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;</p> <p>-соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;</p> <p>-самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</p> <p>-ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</p>	<p>-правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p> <p>- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;</p> <p>-отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.</p> <p>-четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p>	<p>Будут узнавать, знакомые эмоционально реагировать на них;</p> <p>-будут двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;</p> <p>-будут выполнять с помощью взрослого несложные движения под музыку: шагать, бегать, прыгать, притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук, выполнять движения с предметами (платком, погремушкой, флажком, мячиком и.т.д.). мелодии</p>

<p>-передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;</p> <p>-передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;</p> <p>-повторять любой ритм, заданный учителем;</p> <p>- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).</p>	<p>-различать основные характерные движения некоторых народных танцев.</p>	
---	--	--

### Содержание учебного предмета

Раздел	Дидактические единицы	Планируемые результаты
<p>1.Ритмика, элементы музыкальной грамоты</p>	<p>-формирование восприятия музыки;</p> <p>- развитие чувства ритма и лада;</p> <p>-обогащение музыкально-слуховых представлений;</p> <p>-развитие умений координировать движения с музыкой.</p>	<p>-умение правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;</p> <p>-чувствовать характер музыки;</p> <p>Умение самостоятельно ускорять или замедлять темп движений;</p>

		<p>-иметь понятия о трех основных жанрах музыки: марш-песня-танец;</p> <p>-выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами.</p>
2. Танцевальная азбука	<p>-танцевальные термины: выворотность, координация, названия упражнений;</p> <p>-танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки и т.д.</p> <p>-положение стопы, колена, бедра-открытое, закрытое;</p> <p>-основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход.</p>	<p>-знать позиции ног и рук классического танца;</p> <p>-усвоить правила постановки корпуса;</p> <p>-уметь исполнять основные упражнения на середине зала;</p> <p>-знать и уметь выполнять танцевальные движения;</p> <p>-освоить технику исполнения упражнений в более быстром темпе.</p>
3. Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный)	<p>-усвоение тренировочных упражнений на середине зала;</p> <p>-ритмические упражнения;</p> <p>-разучивание танцевальных композиций.</p>	<p>Уметь исполнять: историко-бытовой танец-полонез, фигурный вальс; русские танцы; хороводные и кадрили.</p>
4. Беседы по хореографическому искусству	<p>-лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, ее специфике и особенностях.</p>	

5. Творческая деятельность	-танцевальная импровизация- сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему; -задания по развитию ритмо-пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц и т.д.	-раскрытие творческих способностей;  -развитие организованности и самостоятельности;  -иметь представления о народных танцах.
----------------------------	---	---

**Формы организации учебных занятий:** групповые занятия, в том числе игровые занятия.

#### Календарно-тематическое планирование – 34 ч. 1 час в неделю

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся на занятии
1.	Беседы по хореографическому искусству «Что такое ритмика»	1	Участие в беседе с учителем и одноклассниками. Выполнение игровых упражнений, практических заданий.
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил.
3.	Упражнения на развитие координации.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на развитие координации.
4.	Движения по линии танца. Перестроения для танцев.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил, движения по линии танца и перестроения.
5.	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга».	1	Участие в русских-народных подвижных играх с мячом.

6.	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения).	1	Участие в музыкально-ритмических играх.
7.	Движение на развитие координации. Элементы асимметричной гимнастики.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на развитие координации.
8.	Музыкально-ритмические игры «Я и мир вокруг нас», «Шаг», «Волк и заяц».	1	Участие в музыкально-ритмических играх.
9.	Позиции рук. Основные правила	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил и позиций.
10.	Позиции ног. Основные правила.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил и позиций.
11.	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга».	1	Участие в русских-народных подвижных играх с мячом.
12.	«Красота движений»-компоновка ОРУ.	1	Выполнение общеразвивающих упражнений, практических заданий.
13.	Партерный экзерсис.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил и позиций.
14.	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения).	1	Участие в музыкально-ритмических играх.
15.	Музыкально-ритмические игры «Коршун и курица», «Магазин игрушек»	1	Участие в музыкально-ритмических играх.

16.	Разминка. «Медленный вальс». Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнений на напряжение и расслабление мышц тела.
17.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пояса.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнений на укрепление мышц брюшного пояса.
18.	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнений на улучшение гибкости позвоночника.
19.	Музыкально-ритмические игры «Я и мир вокруг нас», «Шаг», «Волк и заяц».	1	Участие в музыкально-ритмических играх.
20.	Фигурный вальс. Классический экзерсис.	1	Участие в музыкально-ритмической деятельности, отработка танцевальных движений и фигур.
21.	Классический экзерсис. Позиции ног, позиции рук.	1	Участие в музыкально-ритмической деятельности, отработка танцевальных движений и фигур.
22.	Разминка. «Медленный вальс». Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнений на напряжение и расслабление мышц тела.
23.	Классический экзерсис. Постановка тела.	1	Участие в музыкально-ритмической деятельности, отработка танцевальных движений и фигур.

24.	Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов.	1	Выполнение упражнений, практических заданий на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнений для улучшения подвижности коленных суставов.
25.	Партерный экзерсис.	1	Участие в музыкально-ритмической деятельности, отработка танцевальных движений и фигур.
26.	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения).	1	Участие в музыкально-ритмических играх.
27.	Позиции ног, рук в паре. Отработка движений.	1	Участие в музыкально-ритмической деятельности, отработка танцевальных движений и фигур.
28.	Традиции народа в своеобразии движений. Беседы по хореографическому искусству.	1	Работа с аудиовизуальным материалом. Выполнение игровых упражнений, практических заданий.
29.	Танец «Вальс». Понятие о сложной координации. Ведение в паре.	1	Участие в музыкально-ритмической деятельности, отработка танцевальных движений и фигур.
30.	Разминка. «Медленный вальс». Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	1	Участие в музыкально-ритмической деятельности, отработка танцевальных движений и фигур.
31.	Музыкально-ритмический комплект игр «Последний герой»	1	Участие в музыкально-ритмических играх.
32.	Народная хореография. Танцы разных народов.	1	Участие в музыкально-ритмической деятельности, отработка танцевальных движений и фигур.
33.	Музыкально-ритмические игры разных народов «Медведи и пчелы», «Яблоки».	1	Участие в музыкально-ритмических играх.

34.	Повторение изученного за год.	1	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения. Ритмические упражнения «Притопы», «Припляс». Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения с предметами. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Подвижные игры с речевым сопровождением. Основные движения народных танцев.
			<b>ИТОГО: 34 часа(1 раз в неделю)</b>

#### **Учебно-методический материал:**

1. Программы для подготовительного, 1-4 классов специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В. Воронковой. М.:Просвещение, 2009.
2. Бгажнокова И.М. Программа для коррекционных образовательных школ 8 вида 0-4 классов.-М.:Просвещение,2011.
3. Михайлова М.А., Воронина Н.В.- Танцы, игры, упражнения для красивого движения.-М., 2001.
4. Касицина М.А., Бородина И.Г. –Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта.- М.:Издательство «Гном»,2007.

#### **Материально-техническое обеспечение:**

-музыкальные инструменты;

-технические средства обучения;

-музыкально-дидактические пособия(аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры);

-ноутбук;

-музыкальный центр;

-телевизор.





**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201124

Владелец Шляпникова Надежда Ивановна

Действителен с 11.09.2023 по 10.09.2024