

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Знаменская средняя общеобразовательная школа**

Рассмотрено на методсовете «__» _____ 2021 года Протокол №__ от _____	Согласовано Заместитель директора по УВР _____ Е.И.Машукова «__» _____ 2021 года	Утверждаю: Директор _____ А.В.Баталова Приказ №__ от _____
--	---	---

**Адаптированная программа
по курсу ритмика
для детей с ограниченными возможностями здоровья**

№ п/п	Название рабочей программы	Стр.
1.	Рабочая программа учебного предмета РИТМИКА для 1 класса для детей с ограниченными возможностями здоровья	7

**Разработана Серебренниковой О.А.
учителем физической культуры**

с. Знаменка
2021

рПояснительная записка

Данная программа для обучающихся 1-4 классов разработана на основе Программы «Ритмика», автор Н.А. Цыпина, для общеобразовательных учреждений: коррекционно-развивающее обучение (начальные классы), М.: «Школьная пресса», 2004г. Программа учитывает требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для обучающихся с ОВЗ, адаптированной основной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ЗПР данный курс рассматривается как коррекционно-развивающий.

Планируемые результаты освоения коррекционного курса

- 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; проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей; использование ценности танцевальной культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей; раскрытие и реализация своих творческих способностей.
- Метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.

Место коррекционного курса в учебном плане:

Программа рассчитана на 66 учебных часа в год для 1 класса и 1 дополнительного класса.

Содержание коррекционного курса ритмика

Основные **направления** работы по ритмике:

восприятие музыки (в исполнении педагога и аудиозаписи): 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 музыки двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки;

упражнения на ориентировку в пространстве: простейшие построения и перестроения (в одну и две линии, в колонну, в цепочку, в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в классе, 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, маракас, треугольник, тарелки и др.);

игры под музыку: музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования (кто скорее, кто лучше, кто более и т.д.), игры по ориентировке в пространстве;

танцевальные упражнения: выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев;

декламация песен под музыку: выразительная декламация песен под музыкальное сопровождение и управление педагога, воспроизведение ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.).

Коррекционный курс «Ритмика» содержит следующие разделы:

1. Основы музыкальной грамоты.
2. Общеразвивающие и ритмико-гимнастические упражнения.
3. Танцы и танцевальные движения.
4. Музыкально-образные игры и упражнения.

Необходимо учитывать, что в ритмике принят концентрический метод работы, т.е. данные разделы изучаются не последовательно, а комплексно. Каждый урок включает в себя материал из разных разделов: ритмическую разминку, элементы музыкальной грамоты, освоение различных танцевальных движений и танцев, музыкальные игры и образные упражнения.

Раздел «Основы музыкальной грамоты» включает в себя знакомство с основами музыкальной грамоты, необходимыми для развития музыкального восприятия, формирования осознанного отношения к музыке и понимания законов построения музыкального произведения. Через движение, музыкально-ритмические упражнения и игры закрепляются основные понятия: характер музыки, средства музыкальной выразительности (темп, динамика, ритм), строение музыкального произведения (вступление, части, фразы, затакт), метроритм. Дети учатся передавать в движении общий характер музыки и ее настроение. В процессе знакомства с разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями в ходе сопровождения танцевальных упражнений и танцев происходит обогащение слушательского опыта и музыкального кругозора учащихся, развивается и закрепляется интерес к музыке различных направлений и стилей.

Раздел «Общеразвивающие и ритмико-гимнастические упражнения» включает в себя комплекс упражнений и элементов, формирующих и развивающих у детей мышечное чувство, равновесие, правильную осанку, гибкость, ориентировку в пространстве, координацию и культуру движения. Это способствует подготовке моторно-двигательного аппарата к выполнению более сложных танцевальных движений и комбинаций.

Раздел «Танцы и танцевальные движения» предусматривает знакомство учащихся с разнообразием хореографического искусства, музыкой и лексикой разных национальностей, основными средствами танцевальной выразительности (мимика, пластика, жест), способствует развитию координации движений, танцевальности и выразительности исполнения, формированию художественного вкуса, учит культуре поведения и общения. Большое место в танцевальном репертуаре отводится игровому образному танцу, который позволяет детям танцевать для собственного удовольствия, раскрывать собственную душу и эмоционально знакомиться с культурой своего народа.

В раздел «Музыкально-образные игры и упражнения» входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа. Музыкальные игры применяются для закрепления полученных знаний, навыков, дают возможность развивать и углублять творческие способности детей, учат их создавать музыкально-двигательные образы, развивают быстроту мышечной реакции, ориентировку в пространстве, психические процессы (внимание, память, мышление), преодолевают скованность, воспитывают у детей дисциплинированность, волю, чувство коллективизма.

Учебно - методическое обеспечение:

В целях повышения эффективности работы по данной программе подобран, систематизирован и опробирован практический материал в методических разработках «Общеразвивающие упражнения на уроках ритмики в 1-4 классах», «От теории к практике», музыкальный репертуар. Используются опыт работы и идеи таких ведущих педагогов музыкально-ритмического воспитания как Э.Ж. Далькроз, Д.Б. Кабалевский, А.И. Буренина, Л.А. Бондаренко, Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина, С.Д. Руднева, Лифиц И.В., а также авторские разработки.

Календарно-тематическое планирование

1 КЛАСС

№ п/п	Темы	Кол-во часов	Дата проведения	
1.	Вводный инструктаж по ТБ. Цели и задачи предмета. Основное построение и положение корпуса. Па марше. Упражнение «Как тебя зовут?». Игра «Добрый бегемотик».	2	2.9 3.9	
2.	Разновидности шага. Перестроение на середину по два. Поклон. Упражнение для корпуса. Игра «Огуречик». Самомассаж «Суп».	2	9.9 10.9	
3.	Комплекс ОРУ. Слушание. Движения танца «Поезд». Упражнение «Падают листья».	2	16.9 17.9	
4.	Комплекс ОРУ с музыкальным сопровождением. Движения танца «Поезд». Игра «Флажок». Упражнение на дыхание «Вдох-выдох».	2	23.9 24.9	
5.	Бег на п/п. Упражнение «Бабочка». Первая часть танца «Поезд». Игра «Будь внимателен!».	2	30.9 1.10	
6.	Вторая часть танца «Поезд». Упражнение «На бабушкином дворе». Упражнение «Угадай словечко».	2	7.10 8.10	
7.	Танцевальная композиция «Поезд». Упражнение «Ёжик». Игра «Жучки».	2	14.10 15.10	
8.	Отработка танцевальной композиции «Поезд». Этюд «Солнышко и тучка».	2	21.10 22.10	
9.	Совершенствование исполнения танцевальной композиции «Поезд». Игра-миниатюра «Весёлые хлопушки». Упражнение-игра «Назови предмет».	2	11.11 12.11	
10.	Слушание. Движения танца «Ку-ка-ре-ку!». Игра «Море волнуется». Упражнение на дыхание «Знакомство».	2	18.11 19.11	
11.	Движения танца «Ку-ка-ре-ку!». Топающий шаг. Самомассаж «Неболейка». Упражнение «Дождик».	2	25.11 26.11	
12.	Движения танца «Ку-ка-ре-ку!». Игра «Запомни место!». Упражнение «Шалтай-Болтай».	2	2.12 3.12	
13.	Движения танца «Ку-ка-ре-ку!». Игра «Птички и ворона».	2	9.12 10.12	
14.	Движения танца «Ку-ка-ре-ку!». Упражнение «Смотрим влево, смотрим вправо». Упражнение «Мы топаем ногами».	2	16.12 17.12	

15.	Танцевальная композиция «Ку-ка-ре-ку!». Упражнение «Весёлые ладошки». Игра «Замри!».	2	23.12 24.12	
16.	Совершенствование исполнения танца «Ку-ка-ре-ку!». Упражнение-игра «Назови предмет».	2	13.1 14.1	
17.	Повторный инструктаж по ТБ. Комплекс ОРУ. Упражнение «Карусели». Упражнение «Я играю на гармошке».	2	20.1 21.1	
18.	Комплекс ОРУ с музыкальным сопровождением. Слушание. Музыкально-ритмическая тренировка. Игра «Птички и ворона». Упражнение на дыхание «Баян».	2	27.1 28.1	
19.	Вынос ноги на носок, на каблук. Упражнение «Зоопарк». Самомассаж «Петушок».	2	3.2 4.2	
20.	Движения «Маленького танца». Игра-забава «Солнышко».	2	10.2 11.2	
21.	Движения «Маленького танца». Игра «По сигналу светофора!».	2	17.2 18.2	
22.	Движения «Маленького танца». Игра-потешка «Паровоз».	2	24.2 25.2	
23.	Приставные шаги в сторону, вперёд, назад. Игра «Колонна».	2	3.3 4.3	
24.	Танцевальная композиция «Маленький танец». Упражнение «Домик».	2	10.3 11.3	
25.	Совершенствование исполнения «Маленького танца». Упражнение «Цапля». Упражнение-игра «Назови предмет».	2	17.3 18.3	
26.	Слушание. Музыкально-ритмическая тренировка. Игра «Козлёнок». Упражнение на дыхание «Веточка». Упражнение «Загораем!».	2	7.4 8.4	
27.	Движения «Вежливого танца». Самомассаж «Я в ладоши хлопаю». Упражнение «Лесная зверобика».	2	14.4 15.4	
28.	Движения «Вежливого танца». Игра «К своим флажкам».	2	21.4 22.4	
29.	Движения «Вежливого танца». Упражнение «Повтори за мной».	2	28.4 29.4	
30.	Движения «Вежливого танца». Игровое упражнение «Приглашение».	2	5.5 6.5	
31.	Танцевальная композиция «Вежливый танец». Этюд «Теремок».	2	12.5 13.5	
32.	Совершенствование исполнения танцевальной композиции «Вежливый танец». Упражнение-игра	2	19.5	

	«Назови предмет».		20.5	
33.	«Чистописание».	2	26.5 27.5	