Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Чернухинская школа-интернат»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено:  на ШМО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/  Протокол № 1  «27» 08. 2018 г | Согласовано:  Зам. директора  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Е.В.Мерзлякова/  «29» 08. 2018 г | Утверждаю  Директор  школы-интерната  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Ф. Сонин  от«30» 08. 2018 г |

**Рабочая программа по предмету «Ритмика»**

**для 3 класса на 2018- 2019 учебный год**

(приложение к адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями))

вариант I

Составитель: Атякина С.К.

учитель начальных классов

I квалификационной категории

Рассмотрено на заседании

Педагогического совета № 1

29.08.2018г

с.Чернуха

2018 г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по предмету «**Ритмика**» для 3 класса разработана в соответствии:

* С Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»

№ 273 – ФЗ от 29.12.2012г;

* Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
* ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1599).
* **Цель программы:** коррекция недостатков психического и физического развития умственно отста­лых детей средствами музыкально-ритмической деятель­ности.

**Задачи:**

* общее развитие младших умственно отсталых школьников;
* исправление недостатков физического развития, общей и речевой мото­рики, эмоционально-волевой сферы;
* воспитание положи­тельных качеств личности (дружелюбия, дисциплиниро­ванности, коллективизма);
* эстетическое воспитание.

**1. Планируемые результаты освоения учебного предмета**

**1.1. Личностные и метапредметные результаты освоения учебного предмета**

**1.1.1. *Личностные результаты*** освоения предмета «Ритмика» в 3 классе:

* положительное отношение обучающихся к занятиям музыкально – двигательной деятельности;
* накопление необходимых знаний;
* умение использовать ценности танцевальной культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей;
* достижение личностно значимых результатов в музыкальном и физическом совершенстве;
* раскрытие и реализация своих творческих способностей.

**1.1.2. Метапредметные результаты**

***Личностные БУД:***

* эмоциональная отзывчивость на музыку;
* любовь к родине, к русской народной музыке;
* учебно – познавательный интерес к новому учебному материалу;
* мотивация к разным видам музыкальной деятельности;
* основа для формирования ЗОЖ, организация культурного досуга.

***Регулятивные БУД:***

* организованно входить в класс;
* занимать правильное исходное положение;
* начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
* выполнять задания по заданию педагога;
* двигаться по залу, соблюдая дистанцию.

***Познавательные БУД:***

* 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 БУД:***

* уметь работать в коллективе, группе;
* доброжелательно относиться к другим;
* обращаться за помощью и принимать ее;
* принимать активное участие в обсуждении темы занятий.

**Предметные результаты**

**Минимальный уровень:**

* принимать правильное исходное положение с помощью учителя;
* встать в строй по инструкции учителя;
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* понимать слова, обозначающие направление движения;
* повторять ритмические движения за учителем;
* повторить несложные плясовые движения за учителем.

**Достаточный уровень:**

* принимать исходное положение с помощью учителя;
* встать в строй по инструкции учителя;
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* понимать слова, обозначающие направление движения;
* повторять ритмические движения за учителем;
* повторить несложные плясовые движения за учителем;
* 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;
* легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
* ощущать смену частей музыкального произведения.

**2. Содержание учебного предмета**

(34 часа, 1 час в неделю)

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

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

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

***Общеразвивающие упражнения.***Наклоны, повороты и кру­говые движения головы. Движения рук в разных направле­ниях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед со­бой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряже­нием (растягивание резинки). Повороты туловища в сочета­нии с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны сдвижениями 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. Пере­несение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

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 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 барабане двумя палочками одновременно и поочерёд­но в разных вариациях.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

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

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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

***Танцы и пляски***

Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова. Русская хороводная пляска. Русская народная мело­дия «Выйду ль я на реченьку».

**3.Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Дата** |
|  | **I четверть** | **8** |  |
| 1 | Ознакомление с атрибутами и музыкальными инструментами. Приветствие учителя. | 1 |  |
| 2 | Ходьба с изменением темпа, чередование ходьбы с приседанием на носках, пятках. Построение в колонны по 3. | 1 |  |
| 3 | Общеразвивающие упражнения для мышц шеи, плеч, туловища. | 1 |  |
| 4 | Общеразвивающие упражнения для мышц шеи, плеч, туловища. | 1 |  |
| 5 | Упражнение на расслабление мышц «Руки ложатся на мягкую подушку». | 1 |  |
| 6 | Упражнения для пальцев и кистей рук с барабанными палочками. | 1 |  |
| 7 | Музыкальные игры: «Зайцы и охотники», «Гуси» и т.д. | 1 |  |
| 8 | Шаг на носках, шаг польки. Поскоки, боковой галоп. | 1 |  |
|  | **II четверть** | **8** |  |
| 1 | Перестроение из одного круга в два, три круга | 1 |  |
| 2 | Общеразвивающие упражнения. Повороты туловища в сочетании с наклонами. | 1 |  |
| 3 | Упражнения на координацию движений с предметами. | 1 |  |
| 4 | Упражнения на расслабление мышц «Большие и маленькие». | 1 |  |
| 5 | Исполнение гаммы на детском пианино, металлофоне. | 1 |  |
| 6 | Игры под музыку «Антошка», «Совушка» и т.д. | 1 |  |
| 7 | Элементы русской пляски (приставные шаги с приседанием). | 1 |  |
| 8 | Разучивание танца- хоровода | 1 |  |
|  | **III четверть** | **10** |  |
| 1 | Построение из общего круга в круги по 2, 3, 4 человека и обратно | 1 |  |
| 2 | Поднимание на носках и полуприседание, круговые движения ступней. | 1 |  |
| 3 | Отхлопывание несложных ритмических рисунков «Петушок», «Дин-дон» | 1 |  |
| 4 | Упражнения на расслабление мышц «качели» и т.д. | 1 |  |
| 5 | Игра на детских музыкальных инструментах | 1 |  |
| 6 | Действия с воображаемыми предметами под музыку | 1 |  |
| 7 | Движения парами: боковой галоп, поскоки | 1 |  |
| 8 | Разучивание парного танца –польки «Петушок погромче пой» | 1 |  |
| 9 | Закрепление движений танца-польки | 1 |  |
| 10 | Игры под музыку: «Будь ловким» и т.д. | 1 |  |
|  | **IV четверть** | **9** |  |
| 1 | Выполнение упражнений с предметами. | 1 |  |
| 2 | Общеразвивающие упражнения направленные на укрепление осанки. | 1 |  |
| 3 | Упражнения на координацию движений. | 1 |  |
| 4 | Игры на детских музыкальных инструментах | 1 |  |
| 5 | Отхлопывание несложных ритмических рисунков. | 1 |  |
| 6 | Подвижные игры с речевым сопровождением | 1 |  |
| 7 | Разучивание различных ритмов на барабане, бубне | 1 |  |
| 8 | Упражнение на расслабление мышц корпуса | 1 |  |
| 9 | Подвижные игры с речевым сопровождением | 1 |  |