



## Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Ритмика» составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) приказ от 19 декабря 2014 г. N 1599;
2. Закона «Об образовании в РФ» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012);
3. Учебного плана МБОУ «ЗОШИ» на 2023-2024 учебный год;
4. Примерной рабочей программы учебного предмета «Ритмика» для 2 класса.

Программа для 2 класса рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

**Целью программы** - приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

**Основными задачами** реализации содержания предмета коррекционно-развивающей области «Ритмика», являются:

1. Познакомить учащихся с разнообразными танцевальными движениями (классическими, современными, игровыми и т.п.); развитие кругозора и познавательного интереса к искусству.
2. Развивать художественные способности учащихся; воспитывать любовь к музыке, к хореографическому искусству; развивать фантазию и образное мышление в области хореографии; уметь работать в коллективе.
3. Развивать музыкальный ритм, слуха, музыкальной памяти; развивать двигательные умения и навыки, физических качеств; развивать общую и речевую моторику; развивать способности фантазировать, импровизировать, выражать эмоции в мимике и пантомимике.

### Общая характеристика учебного предмета

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер

(веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» рассчитана:

Во 2 классе на 34 часа, 1 час в неделю.

### **Планируемые результаты**

**Предметные результаты** освоения предмета «Ритмика» включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для данной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с умственной отсталостью не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

Минимальный уровень:

- понимать и принимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя;
- организованно строиться (по словесной инструкции учителя);
- уметь сохранять дистанцию в колонне парами в различных направлениях;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя;
- соблюдать темп движений при выполнении ОРУ ориентируясь на учителя;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок», с направляющей помощью учителя;
- уметь выполнять различные роли в группе (исполнителя);
- уметь координировать свои усилия;
- уметь договариваться и приходить к общему решению.

Достаточный уровень:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- уметь сохранять дистанцию в колонне парами в различных направлениях;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- самостоятельно соблюдать темп движений при выполнении ОРУ;
- самостоятельно правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок»;
- уметь выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- уметь координировать свои усилия с усилиями других;

- уметь договариваться и приходить к общему решению.

**Личностные результаты** включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки. Личностные результаты освоения предмета коррекционной области адаптированной рабочей программы «Ритмика» включают:

- ✓ сформированность 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.

### **Содержание программного материала**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве», «Ритмико-гимнастические упражнения». «Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами», «Игры под музыку», «Танцы и пляски». На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока отводится различное количество времени на каждый раздел, имея в виду, что в начале и конце урока включены упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

*«Вводное занятие» (1 час).*

*«Упражнения на ориентировку в пространстве» (4 часа).* Строевые упражнения, игры и упражнения на развитие ориентировки в пространстве

*«Ритмико-гимнастические упражнения» (6 часов).* Общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц

*«Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами» (6 часов).* ОРУ с предметами, ОРУ с детскими музыкальными инструментами

*«Игры под музыку» (6 часов).* Игры, сюжетно-игровые занятия

*«Танцы и пляски» (10 часов).*

*«Итоговый урок» (1 час).*

**Календарно-тематическое планирование по предмету «Ритмика»  
2 класс, 34 часа в год (1 час в неделю)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	Основные виды деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1		Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала.
2	Игры под музыку.	1		Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки; динамикой (громко, умеренно, тихо); регистрами (высокий, средний, низкий). Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.
3	Игры под музыку. Закрепление.	1		Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. «Танцевальная комбинация на расслабление мышц». «Музыкальная игра под русскую песню».
4	Ритмика–гимнастические упражнения.	1		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 по программе для 1 класса.
5	Танцевальные упражнения.	1		Упражнения на координацию движений.

				<p>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.</p>
6	Танцевальные упражнения. Закрепление.	1		<p>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.</p>
7	Танец: «Русская хороводная пляска».	1		Танец: «Русская хороводная пляска».
8	Танец: «Русская хороводная пляска». Закрепление.	1		Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.
9	Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».	1		Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.
10	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1		<p>Построение в колонну по два. Игры с пением и речевым сопровождением. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.</p>
11	Игры под музыку.	1		Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Музыкальные игры с предметами. «Третий лишний».
12	Ритмико–гимнастические упражнения.	1		<p>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).</p>

				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. Пскоки с ноги на ногу, лёгкие пскоки.
13	Танцевальные упражнения.	1		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.
14	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1		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.
15	Танец: «Хлопки. Полька».	1		Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.
16	Танец: «Хлопки. Полька». Закрепление.	1		Слушание «Хлопки. Полька.» Музыка Ю. Слонова. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.
17	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1		Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.
18	Игры под музыку.	1		Построение круга из

				шеренги и из движения врассыпную. Игры с пением и речевым сопровождением «Карусель».
19	Игры под музыку. Закрепление.	1		Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Игры с пением и речевым сопровождением: «Приглашение».
20	Ритмико–гимнастические упражнения.	1		Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен Выставление левой и правой ноги поочередно 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 подскоками, 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).
21	Танцевальные упражнения.	1		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



			<p>опусканием правой руки и т.д.).</p> <p>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).</p>
22	Танцевальные упражнения. Закрепление.	1	<p>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).</p>
23	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	<p>Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.</p>
24	Танец: «Зеркало».	1	<p>Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.</p>
25	Танец: «Зеркало». Закрепление.	1	<p>Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.</p>
26	Русская народная мелодия «Ой,	1	<p>Игры с пением и речевым</p>

	хмель, мой хмелёк».			сопровождением «Ой хмель, мой хмелек».
27	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1		Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.
28	Игры под музыку.	1		Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. «Кот и мыши».
29	Ритмико–гимнастические упражнения.	1		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.
30	Танцевальные упражнения.	1		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.). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.
31	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1		Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных

				вариациях.
32	Танец: «Парная пляска».	1		
33	Танец: «Парная пляска». Закрепление.			Исполнение несложных ритмических рисунков
34	«Парная пляска». Чешская народная мелодия.	1		Игры с пением и речевым сопровождением «Парная пляска».

## Учебно-методическое обеспечение:

- Р.М. Плотникова. Программа по ритмике для детей с нарушением интеллекта специального (коррекционного) образовательного учреждения. Екатеринбург
- И.Г. Лопухина. Речь, Ритм, Движение, С-П изд-во «Дельта»
- М.А Косицина, И.Г. Бородина Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.; Изд-во «Гном» и Д.
- Научно-методический журнал «Коррекционная педагогика: теория и практика» № 2(32), Евтушенко Е.В. «Системный подход к организации работы по музыкальному воспитанию умственно отсталых учащихся».
- Элементарное музыкальное воспитание по системе Карла Орфа /Под ред. Л.А.Барейбойма. - М.
- Бгажнокова И.М. Психология умственно отсталого школьника. М.
- Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе /Под ред. В.В. Воронковой. М.
- Гаврилушкина О.М. Об организации воспитания детей с недостатками умственного развития / Дошкольное воспитание.
- Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение
- Медведева Е.А. и др. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. / Под ред. Е.А.Медведевой. - М. Издательский центр «Академия»
- учебно-методический комплект (учебное пособие, методическое пособие для учителя, нотные хрестоматии для слушания музыки, хорового исполнительства, коллективного инструментального исполнительства);
- демонстрационный комплект: музыкальные инструменты;
- дидактический раздаточный материал;
- наглядные пособия и наглядно-дидактические материалы: карточки с изображением нот, ритмическое лото, музыкальные ребусы.

### *Аудио и видео материалы*

- информационные сайты, интернет-ресурсы, энциклопедии и др.;
- мультимедийные энциклопедии;
- аудиозаписи и фонохрестоматии по музыке (CD);
- видеофильмы, посвященные творчеству выдающихся отечественных и зарубежных композиторов;
- видеофильмы с записью фрагментов из балетных спектаклей;
- видеофильмы с записью известных оркестровых коллективов;
- видеофильмы с записью известных хоровых коллективов и т.д.

### *Технические средства обучения*

- компьютер;
- мультимедийный проектор;
- экран;
- принтер;
- музыкальный центр;
- DVD.