**Пояснительная записка по ритмике.**

**Рабочая программа учебного курса «Ритмика» разработана на основе:**

1. В соответствии с п.9 статьи 2 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
2. На основании требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г. №1598 (ФГОС НОО ОВЗ);
3. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (Интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г. №1599 (ФГОС обучающихся с умственной отсталостью);
4. Уставом ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ»;
5. Адаптированной основной образовательной программы для учащихся с легкой степенью умственной отсталости ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» на 2022-2023 уч.год..

**Цель рабочей программы** – гармоничное развитие физических и танцевальных способностей, развитие художественно – эстетического восприятия посредством изучения музыкально – ритмических композиций, танцевальных движений.

**Задачи:**

- Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.

- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.

- Повысить уровень общего развития учащихся.

- Научить школьников последовательно и правильно излагать свои мысли в устной форме.

- Развивать нравственные качества школьников.

- Развивать творческие способности.

Краткое описание особых образовательных потребностей учащихся:

- потребность в обеспечении доступности учебного материала;

- развитие мотивации к учению и познавательных интересов;

- формирование социальной компетентности;

- коррекция и развитие психических процессов, речи, мелкой и крупной моторики;

- формирование учебных умений;

- необходимость в постоянном контроле и конкретной помощи со стороны взрослого;

- охранительный режим.

**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 осуществляется развитие представления обучающихся 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 обучающихся с интеллектуальными нарушениями 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.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

**Программа по ритмике состоит из пяти разделов:** «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико- гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить обучающихся с ОВЗ согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить обучающихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться,* а *не бегать, прыгать, шагать).*

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок».

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

**Содержание учебного курса «Ритмика» 3 класс.**

**На курс «Ритмика» отводится: 3 класс – 33 часа, 1 час в неделю.**

**1.Введение – ТБ.**

**2.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 путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой – на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Выполнение движений с предметам.

**Практическая и игровая деятельность:** игры-хороводы, игры- импровизации.

**3.Ритмико-гимнастические упражнения - (**Проводятся в начале каждого занятия.)

**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. Повороты туловища в сочетании с наклонами вперёд, в стороны с движением рук. Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд в сторону. Упражнения на выработку осанки.

**Упражнения на координацию движений.** Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, лентами). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе.

самостоятельное составление простых ритмических рисунков.

**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.

**Практическая и игровая деятельность:** Упражнения под музыку. Комплекс зарядки.

**4. 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 развёрнутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

**Практическая и игровая деятельность**: Игры с музыкальным сопровождением. «Игра с платочком», «Пройди в воротца», «Ручеек», «Ниточка-иголочка», «Музыкальный поезд» и др.

**4.Танцевальные упражнения. Танцы.**

Повторение элементов танцев 2 класса.

Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные подскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движение парами: боковой галоп, поскоки. Позиции рук в парах, движения рук «поющие руки», «моторчик», хлопки «ладушки», «блинчики». Танцевальные движения: «кружение». «рычажок», «гусиный шаг», «косичка», «ковырялочка», «притоп в сочетании с «точкой»» и др. Основные движения народных танцев.

**5.Инсценировки**

Развитие эмоциональной сферы в процессе инсценировок.

Инсценировки потешек, детских песенок, сказок.

Кукольный театр.

Инсценировки сценок для выступления на школьных праздниках.

**Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов курса «Ритмика»**

|  |  |
| --- | --- |
| *Минимальный уровень* | *Достаточный уровень* |
| - узнавать знакомые мелодии и эмоционально реагировать на них;  - двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;  - 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.) | - развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;  - замечать изменения в звучании( тихо – громко, быстро – медленно, высоко – низко, долго –коротко, плавно - отрывисто);  - выполнять легко и выразительно танцевальные движения, ориентироваться в пространстве, кружиться в парах, притопывать ногами, двигаться под музыку с предметами (платочками, листьями, флажками и т.д.);  - двигаться в соответствии двухчастной форме музыки в силе её звучания, реагировать на начало и окончание музыки;  - выразительно и эмоционально передвигать и игровые и сказочные образы героев(медведя, кошки, мышки, зайца и т. д);  - выполнять несложный ритмический рисунок на детских музыкальных инструментах. |

**Характеристика базовых учебных действий обучающихся**

|  |  |
| --- | --- |
| **Личностные базовые учебные действия** | -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 базовые учебные действия** | - выполнять задания, оценивать результаты своей деятельности;  - корректировать собственное исполнение;  - формирование волевых усилий;  - воспринимать мнение сверстников и взрослых;  - принимать участие в музыкальных инсценировках. |
| **Познавательные базовые учебные действия** | - воспринимать музыку выражать свое отношение к музыкальным произведениям;  - расширить свои представления о жанре и характере музыки;  - выявлять настроения и чувства, выражаемые в музыке;  - эмоциональное сопереживание музыке. |
| **Коммуникативные базовые учебные действия** | - высказывать свое мнение о музыке (монолог, диалог);  - задавать вопросы;  - эмоционально выражать свое отношение к музыкальным произведению  - проявлять творческую активность в процессе хорового пения, коллективной творческой деятельности; |

**Оценка по предмету «Ритмика»** должна учитывать индивидуальный уровень интеллектуального, психического и музыкального развития обучающихся, интенсивность формиро­вания музыкально-слуховых представлений, практических уме­ний и навыков, накопление первичных знаний о музыке.

Поводом для отрицательной оценки действий обучающихся не могут служить отсутствие ярко выраженного интереса к музыкально-ритмическим занятиям и эмоционального отклика на музыку, бедность танцевальных движений, нарушение координации между слухом и голосом, слухом и моторно-двигательными проявлениями

**Критерий мониторинга (по методике О.П. Радыновой)**

**Цель**: изучить особенности проявления у детей музыкальных способностей и начало музыкальной культуры.

**Рекомендации:** проводить диагностику 2 раза в год, руководствуясь следующими критериями:

***1.Ладовое чувство*:**

- внимание;

- внешнее проявление (эмоциональные);

- узнавание знакомой мелодии по фрагменту;

- высказывание о музыке с контрастными частями.

***2. Музыкально - слуховые представления*:**

- пение знакомой мелодии по фрагменту с сопровождением и без него.

3.Чувство ритма:

- воспроизведение в хлопках, притопах, на музыкальных инструментах ритмического рисунка мелодии;

- соответствие эмоциональной окраски движений характеру музыки;

- соответствие ритма движений ритму музыки.

Оценивать уровень развития музыкальных способностей рекомендуется по трёх балльной системе:

*3 балл* – высокий уровень (ребенок сам справляется с заданием).

*2 балл* – средний уровень (справляется с заданием при поддержке взрослого).

*1 балл* – низкий уровень (не справляется с заданием).

**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Наименование разделов и тем** | **Кол – во часов** | **Дата проведения** | | **Причина корректировки** |
| **По плану** | **По**  **факту** |  |
| **1 четверть - 8 часов**  **Упражнения на ориентировку в пространстве – 5 ч.** | | | | | |
| **1** | Введение. Приветствие. Бодрый шаг (марш). | **1** | **07.09** |  |  |
| **2** | Упражнения на ориентировку в пространстве. Танцевальные упражнения | **1** | **14.09** |  |  |
| 3 | Неторопливый танцевальный бег | **1** | **21.09** |  |  |
| **4** | Приставные шаги влево, вправо.  Игра «Будь ловким» | **1** | **28.09** |  |  |
| **5** | Выполнение во время ходьбы несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу | **1** | **05.10** |  |  |
|  | **Ритмико – гимнастические упражнения – 6 часов** | | | | |
| **6** | Приставные шаги влево, вправо. | **1** | **12.10** |  |  |
| **7** | Шаг с притопом на месте и с продвижением вперед. Варианты притопов в игровом взаимодействии партнеров | **1** | **19.10** |  |  |
| **8** | Переход в танце по кругу с речетивом переменным шагом | **1** | **26.10** |  |  |
|  | **2 четверть** | **7** |  |  |  |
| 9 | Танцевальная композиция:  «Здравствуй-это я!». |  | 09.11 |  |  |
|  | | | | | |
| 10 | Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей. Поднимание на носках и полуприседание | 1 | **16.11** |  |  |
| 11 | Подвижные игры: «Волшебные фигуры», «Найди себе пару», «Горелки» «Будь ловким | 1 | 23.11 |  |  |
| **Упражнения с детскими музыкальными инструментами – 6ч** | | | | | |
| 12 | Пальчиковая гимнастика | 1 | 30.11 |  |  |
| 13 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 1 | 07.12 |  |  |
| 14 | Исполнение ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно | 1 | 14.12 |  |  |
| 15 | Танец «Чебурашка» | 1 | 21.12 |  |  |
| **3 четверть – 10 часов** | | | | | |
| 16 | Танец «Чебурашка» | 1 | 11.01 |  |  |
| **Игры под музыку – 7 ч** | | | | | |
| 17 | Упражнения, направленные на развития моторики мелких мышц кисти | 1 | 18.01 |  |  |
| 18 | Подвижная игра: «Чей кружок соберется быстрее» | 1 | 25.01 |  |  |
| 19 | Подвижные игры: «Горелки», «Найди себе пару», «Кто скорей возьмет игрушку: флажок» | 1 | 01.02 |  |  |
| 20 | Инсценирование русской народной прибаутки: «Ворон» | 1 | 08.02 |  |  |
| 21 | Игры с пением и речевым сопровождением | 1 | 15.02 |  |  |
| 22 | Похлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии | 1 | 22.02 |  |  |
| 23 | Музыкальные игры с предметами | 1 | 01.03 |  |  |
| **Танцевальные упражнения – 10 ч.** | | | | | |
| 24 | Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону | 1 | 15.03 |  |  |
| 25 | Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину | 1 | 22.03 |  |  |
| **4 четверть – 8 часов** | | | | | |
|  | | | | | |
| 26 | Простые и перекрёстные хлопки в парах. | 1 | 05.04 |  |  |
| 27 | Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев | 1 | 12.04 |  |  |
| 28-29-30 | Танец «Лошадки» | 3 | 19.04  26.04  03.05 |  |  |
| 31 | Комплекс ОРУ. Круговые движения ступни. | 1 | 10.05 |  |  |
| 32 -33 | Элементы русской пляски: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением вперед | 2 | 17.05  24.05 |  |  |