Приложение
Утверждена
В составе АООП
Приказ №107 от 29.08.2023

**Рабочая программа общего образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

вариант 1

«Ритмика»

(для 2-4 класса)

Адаптированная рабочая программа

курса «Ритмика» предназначена для обучающихся 2-4-х классов, МАОУ «Совхозная средняя общеобразовательная школа № 10». Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых актов:

Планируемые результаты освоения курса «Ритмика».

Предметные:

- Формировать первоначальные представления о значении ритмики для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), как факторах успешной учёбы и социализации;
- Развивать основные психомоторные качества (статистической и динамической координации, переключаемости движений, мышечного тонуса, двигательной памяти, произвольного внимания);
- Формировать двигательные навыки и умения пространственной ориентации;
- Развивать согласованность выполнений движений в сопровождении речи;

Личностные:

- Формировать чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- Развивать мотивы учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- Развивать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Развивать самостоятельность и ответственность за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
Развивать интерес к самостоятельным занятиям ритмическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- Развивать творческие возможности обучающиеся.

Метапредметные:

- Отрабатывать способность применять и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
Совершенствовать начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- Учить определять общую цель и пути её достижения;
- Учить договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- Учить адекватно, оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Коррекционные:

- Развивать танцевальные и музыкальные способности,
- Развивать память, внимание, мышление, воображение.
- Корректировать нарушения физического развития, психомоторики, эмоционально-волевой сферы;
- Развивать моторику, ориентировку в пространстве;
- Развивать координацию, двигательные умения и навыки;
- Развивать чувство темпа и ритма; творческие способности.
- Формировать правильную осанку.

Воспитательные:

- Воспитывать гигиенические навыки при выполнении ритмических упражнений;
- Воспитывать устойчивый интерес к занятиям ритмикой;
- Воспитывать нравственные, морально-волевые качества, навыки культурного поведения, патриотизм.

Особенности преподавания данного предмета.

У детей с умственной отсталостью имеются особенности формирования двигательной сферы (отставание в двигательном развитии, нарушение регуляции произвольных движений, несформированность техники выполнения движений, нарушения мелкой моторики и ориентировки в пространстве), что является препятствием к успешному обучению.

Особенностью преподавания занятий ритмикой, является использование системного подхода к применению разнообразных форм, средств, путей и методов, способов дозирования нагрузок, но имеющих единую целевую направленность на коррекцию и развитие двигательной сферы ребенка

Включение в занятия 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), *осуществляют развитие ориентировки в пространстве.*

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа, оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. *Задания на самостоятельный выбор движений*, соответствующих характеру мелодии, *развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений.*

Для развития мелкой и общей моторики, а так же для развития ловкости, быстроты реакции, точности движений, на каждом занятии включены упражнения с предметами

(обручами, мячами, шарами, лентами и т. д.)

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 детей ОВЗ часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук.

Для воспитания положительных качеств личности, на занятиях ритмикой предусмотрены (простейшие парные танцы и пляски, хороводы), дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

На каждом уроке осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход, с учётом психофизических особенностей детей и рекомендаций врача и психолога.

Для усиления коррекционной направленности на двигательную сферу и повышения роли процесса физического воспитания в равностороннем, гармоничном развитии обучающихся, воспитанников широко используется применение на уроках:

- “Корригирующие упражнения”- (пальчиковая, дыхательная гимнастики; гимнастика для глаз; ритмические; использование фитболов)
- “Коррекционные игры” - (музыкально – двигательные дидактические; познавательные; коммуникативные; игры с речевым сопровождением),
- “Нестандартные приемы”- (хромотерапия., музыкотерапия, сказкотерапия, релаксация, психогимнастика , игротерапия)

СОДЕРЖАНИЕ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ РИТМИКА

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 изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть обучающиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

«Упражнения на ориентировку в пространстве»

Раздел состоит из упражнений, помогающих детям ориентироваться в пространстве. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка, вдоль стен с четкими поворотами в углах зал, в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину, по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол, с сохранением правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Перестроение в круг из шеренги, цепочки, из колонны парами в колонну по одному, из одного круга в два, три отдельных маленьких круга, из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их, из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Построение в колонны по три, по четыре, в шахматном порядке. Упражнения с предметами.

«Ритмико-гимнастические упражнения»

Этот раздел состоит из: гимнастической ходьбы, бега, подскоки с хлопками, переноска предметов и служат для укрепления мышц шеи плечевого пояса рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки и исправление таких недостатков как косолапость, шаркающая походка.

В этот же раздел входят упражнения для развития ловкости, равновесия, динамической и статической координации. К ним относятся шаги и прыжки через предметы и ходьба между ними, повороты на пальцах, стойка на носках, руки вперед закрытыми и открытыми глазами, стойка на

одной ногой. Чередование различных музыкальных сигналов (громкое и тихое звучание, громкое топотание и мягкий шаг). Чередование темпа быстрое и медленное хлопанье или подскоки, движение в противоположном направлении.

«Упражнения с детскими музыкальными инструментами»

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 обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки. Для освоения сильной доли используется барабан. Дети учатся правильно держать палочки, мягко ударять ими по звучащей поверхности, ударяют палочки друг о друга, об пол, о другой предмет, вслушиваясь в звучание. Барабан используют и для развития мелкой моторики, путем таких упражнений, как щелчки разными пальцами, удары кончиками или косточками пальцев, свободные удары тыльной стороной ладони, все упражнения нужно научиться левой и правой рукой.

«Игры под музыку»

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же входят свободные формы движения самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать эмоциональное восприятия музыкального образа.

Во время проведения игр под музыку перед обучающимися создается музыкально-двигательный образ, название, которого определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п.

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, вводятся инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которые надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок». В 4 классе дети показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха», «Репка».

«Танцевальные упражнения»

В этот раздел входят танцы и пляски. 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, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.). Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Планируемые результаты по завершении обучения.

Предметные:

Обучающиеся научатся

- позитивно влиять на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), как фактор успешной учёбы и социализации;
- основным психомоторным качествам (статистической и динамической координации, переключаемости движений, мышечного тонуса, двигательной памяти, произвольного внимания);
- выполнять движения в сопровождении с речью;
- выполнять двигательные навыки и умения в пространственной ориентации.

Обучающиеся получают знания

- о значении ритмики для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического).

Личностные:

У обучающихся будут сформированы

- чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- мотивы учебной деятельности и личностный смысл учения;
- навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- навыки самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- интересы к самостоятельным занятиям ритмическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

Метапредметные:

У обучающихся будут сформированы

- навыки применять и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- навыки определять общую цель и путей её достижения;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- адекватно, оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

2 класс

Планируемые результаты освоения курса «Ритмика» 2 класс.

Личностные:

- Формировать целостный, социальный ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- Развить навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

Метапредметные:

- Формировать умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.
- Готовность излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

Предметные:

- Знакомить правильным исходным положением в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.
Обучать организованно строится (быстро, точно);
- Учить сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
Учить самостоятельно, определять нужное направление движения по словесной инструкции, по звуковым и музыкальным сигналам;
- Учить соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- Учить легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- Учить понимать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Основное содержание:

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения враспынную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. 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). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колени ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные 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.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

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. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью (напряженное 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 поочередно в разных вариациях.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. 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).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Танцы и пляски

Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек». Парная пляска. Чешская народная мелодия. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

3 класс

Планируемые результаты освоения курса «Ритмика» 3 класс.

Личностные:

- Формировать уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- Отрабатывать начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

Метапредметные:

- Определять общей цели и путей их достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.
- Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

Предметные:

- Отрабатывать умения рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- Отрабатывать умения соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- Учить самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- Учить передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость;
- Учить передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- Учить повторять любой заданный ритм;
- Совершенствовать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями.

Основное содержание:

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 с движениями 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.

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 (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

УПРАЖНЕНИЯ С МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

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

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.

4 класс

Планируемые результаты освоения курса «Ритмика» 4 класс.

Личностные:

Личностные:

- Развить мотивы учебной деятельности и формировать личностный смысл учения;
- Формировать установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные:

- Отрабатывать начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.
- Уметь работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

Предметные:

- Отрабатывать умение правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- Учить различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;
- Учить 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;
- Учить различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Основное содержание:

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа,

слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

Танцы и пляски

Круговой галоп. Кадриль. Русская народная мелодия.

Тематическое планирование 2 класс

Вид программного материала	Кол- во часов
«Упражнения на ориентировку в пространстве»	6 часов
«Ритмико-гимнастические упражнения»	9 часов
«Упражнения с детскими музыкальными инструментами»	5 часов
«Игры под музыку»	9 часов
«Танцевальные упражнения»	5 часов
Всего	34 часов

Приложение 1.

Календарно-тематическое планирование 2 класс.

№ ур	ДАТА	Тема урока	Характеристика видов деятельности
I полугодие - 17ч			
1.		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.	Развитие двигательной. памяти.
2.		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.	Положительный. эмоц. фон
3.		УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.	Включение в танцевальную деятельность.
4.		«Ритмико-гимнастические упражнения» Хлопки и удары ногой и рукой на сильные и слабые доли такта. «Часики»	Развитие чувства ритма.
5.		«Игры под музыку» Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий).	Коррекция расторможенности
6.		«Игры под музыку» Ходьба и бег, движение туловищем в различном темпе. «Полька в кругу»	Расширение чувства ритма
7.		«Ритмико-гимнастические упражнения» <i>Упражнения на координацию движений.</i> Движения правой руки вверх — вниз	Развитие координации движения

		с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук).	
8.		Игровые задания «Выставка картин»	Развитие навыков сотрудничества
9		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Задания с применением строевых упражнений. «Автомобили»	Развитие слухового восприятия
10		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Игровые задания «Колобок»	Чувство такта
11		«Ритмико-гимнастические упражнения» <i>Упражнения на координацию движений.</i> Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра).	Координация движений.
12		«Игры под музыку» Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет и наоборот. «Хоровод»	Развитие чувства ритма
13		«Ритмико-гимнастические упражнения». Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения.	Умение сосредотачиваться
14		«Упражнения с детскими музыкальными инструментами» Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.	Умение выполнять словесные инструкции
15		«Игры под музыку» Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.	Представление о танцевальных движениях
16		«Игры под музыку» Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.	Представление о танцевальных движениях
17		«Игры под музыку» Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.	Представление о танцевальных движениях
18		«Ритмико-гимнастические упражнения» Переход с шага на месте на ходьбу в движении. «Часики»	Разучивание согласованность позиций рук и ног
19		«Ритмико-гимнастические упражнения» Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.	Следование словесным командам
20		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Передвижение в колонне по одному на указанные ориентиры «Если весело живется»	Следование словесным командам
21		«Игры под музыку» Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.	Чувство ритма

22		«Ритмико-гимнастические упражнения» 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.	Развитие контроля над эмоциями
23		«Ритмико-гимнастические упражнения» на выработку правильной осанки.	Двигательная память
24		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Перестроение из колонны парами в колонну по одному	Развитие навыков сотрудничества
25		«Ритмико-гимнастические упражнения» на осанку	Улучшение здоровья
26		«Игры под музыку» Игровые задания «Теремок»	Представление о танцевальных движениях
27		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Игровое задание «Каравай»	Слуховое и зрительное восприятие
28		«Игры под музыку» танец «Лавата»	Положительный. эмоц. фон
29		«Упражнения с детскими музыкальными инструментами» Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.	Пространственное восприятие
30		«Ритмико-гимнастические упражнения». Игровая деятельность «Мы пойдём сначала вправо».	Фантазийное мышление
31		«Ритмико-гимнастические упражнения». Игровая деятельность «Мы пойдём сначала вправо».	Фантазийное мышление
32		«Игры под музыку» Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен	Слуховое и зрительное восприятие
33		Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением.	Положительный. эмоц. фон
34		Музыкальные игры с предметами Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Представление о танцевальных движениях

Тематическое планирование 3 класс

Вид программного материала	Кол- во часов
«Упражнения на ориентировку в пространстве»	6 часов
«Ритмико-гимнастические упражнения»	10 часов
«Упражнения с детскими музыкальными инструментами»	5 часов
«Игры под музыку»	8 часов
«Танцевальные упражнения»	5 часов
Всего	34 часов

Календарно-тематическое планирование 3 класс.

I полугодие 17 часов.			
	Дата	Тема урока	Характеристика видов деятельности
1.		Сочетания ритмических рисунков при ходьбе и хлопках.	Развитие двигательной. памяти.
2.		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.	Развитие чувства ритма.
3.		УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.	Включение в танцевальную. деятельности.
4.		Ускорение и замедление темпа в танцевальных шагах. Полька «Старый жук»	Развитие чувства ритма.
5.		Ускорение и замедление темпа на шагах, беге. «Полька тройками»	Расширение ритма и такта
6.		Упражнения зарядки «Веселая зарядка»	Коррекция расторможенности
7.		Сочетание бега и прыжков .	Развитие координации движения
8.		Игровые задания «Колобок»	Развитие навыков сотрудничества
9		Танцевальные шаги. «Музыкальное эхо»	Развитие слухового восприятия
10		Скрестные шаги в сторону «Горелки»	Развитие навыков сотрудничества
11		Шаги, сгибая ногу вперед «Попробуй унеси»	Координация движений.
12		Галоп. «День – ночь»	Развитие чувства ритма
13		Шаги с подскоками на одной ноге .	Умение сосредотачиваться
14		Бег с захлестыванием голени назад «Цапля и лягушата»	Умение выполнять словесные инструкции
15		Прыжки с ноги на ногу. «Найди свое место»	Координация движений

16	Прыжки с ноги на ногу. «Найди свое место»	Координация движений
17	Переход с шага на бег и обратно.	Следование словесным командам
18	Перестроение из одной шеренги в три уступами по расчету «Веселая зарядка»	Следование словесным командам
19	Музыкальное произведение шагами и хлопками. Полька «Старый жук»	Чувство ритма
20	Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. «День - ночь»	Развитие контроля над эмоциями
21	Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.	Двигательная память
22	Упражнения на детских музыкальных инструментах.	Слуховое и зрительное восприятие
23	Игровые задания «Маша и медведи»	Развитие навыков сотрудничества
24	Игровые задания «Теремок».	Улучшение здоровья
25	Игровые задания «Гуси лебеди»	Представление о танцевальных движениях
26	Упражнения для мышц шеи и шейного отдела. «Полька»	Слуховое и зрительное восприятие
27	Свободный вис на гимнастической стенке.	Положительный. эмоц. фон
28	Развитие мышечной силы. «Цапля и лягушата»	Пространственное восприятие
29	Развитие мышечной гибкости.	Фантазийное мышление
30	Прыжки с ноги на ногу.» Найди свое место».	Фантазийное мышление
31	Развитие мышечной ловкости «Попробуй унеси»	Слуховое и зрительное восприятие
32	Музыкально-творческая игра «Делай как я, делай лучше меня»	Положительный. эмоц. фон
33	Музыкально-творческая игра «Море волнуется»	Представление о танцевальных движениях
34	Игровые задания	Слуховое и зрительное восприятие
35	Игровые задания	Слуховое и зрительное восприятие

№ ур	ДАТА	Тема урока	Характеристика видов деятельности
I полугодие 17 часов.			
1.		Различные виды остановок в тактировании. «Большая стирка»	Развитие двигательной. памяти.
2.		Ходьба и бег в темпе музыки, хлопки в такт музыке.	Развитие чувства ритма.
3.		Движения руками в различном темпе.	Включение в танцевальную деятельн.
4.		Различие динамики звука: громко-тихо. «Классики»	Развитие чувства ритма.
5.		Хлопок или вперед по очереди. «В ритме польки»	Расширение ритма и такта
6.		Гимнастическое дирижирование .	Коррекция расторможенности
7.		Передать шагами структуру музыкального произведения.	Развитие координации движения
8.		Игровые задания «Снегурочка»	Развитие навыков сотрудничества
9		Махи. «Джазовая разминка»	Развитие слухового восприятия
10		Крест. «Кадриль по кругу»	Развитие навыков сотрудничества
11		Шаги «Лезгинка»	Координация движений.
12		Выпады. «Рок-н-ролл »	Развитие чувства ритма
13		Прыжки со взмахами и сменой положений ног.	Умение сосредотачиваться
14		Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов.	Умение выполнять словесные инструкции
15		Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов с предметами (погремушками, бубном, барабаном).	Координация движений
16		Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов с предметами (погремушками, бубном, барабаном).	Координация движений
17		Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов с предметами (погремушками, бубном,	Координация движений

барабаном).

2 полугодие 18 часов.

18	Игровые задания «Три медведя»	Представление о танцевальных движениях
19	Фигурная маршировка противоход, змейка, диагональ. «Повтори за мной»	Развитие слухового восприятия
20	Упражнения с применением речитатива «Море волнуется раз...»	Развитие навыков сотрудничества
21	Общеразвивающие и ритмические упражнения «Музыкальное эхо»	Координация движений.
22	Перестроение в движении из одной колонны в несколько колонн одновременно «Пустое место»	Умение сосредотачиваться
23	Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. «Найди предмет»	Умение выполнять словесные инструкции
24	Противопоставление одного пальца остальным. «Повтори за мной»	Координация движений
25	Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.	Умение сосредотачиваться
26	Игровые задания «Курочка ряба»	Положитель. эмоцион. фон
27	Игровые задания «Зайкина избушка»	Положитель. эмоцион. фон
28	Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»).	Слуховое и зрительное восприятие
29	С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).	Положительный. эмоц. фон
30	Развитие мышечной силы. «Лавата»	Пространственное восприятие
31	Развитие мышечной гибкости «Утята».	Фантазийное мышление
32	Развитие мышечной гибкости «Утята»	Фантазийное мышление
33	Развитие мышечной ловкости «Если весело живется»	Слуховое и зрительное восприятие
34	Музыкально-творческая игра «Большая стирка»	Положительный. эмоц. фон
35	Музыкально-творческая игра «Джазовая разминка»	Представление о танцевальных движениях.

1 класс.

Итоговая диагностика (чувства ритма) *Цель:* выявить уровень развития чувства ритма.

Музыкальный руководитель: Прохлопай, (или простучи), ритм исполняемых на инструменте мелодий. (Вначале показывается образец исполнения ритма, чтобы убедиться в правильности понимания ребенком смысла задания).

Критерии оценки:

- 1 балл – слабый уровень ритмической регуляции. Ровный ряд половинных длительностей, ровный ряд четвертных длительностей.
- 2 балла – средний уровень ритмической регуляции. Умение использовать половинные, четвертные, восьмые длительности и ноты с точкой, т.е. элементы пунктирного ритма.
- 3 балла – высокий уровень ритмической регуляции. Использование пунктирного, синкопированного ритма и пауз.

2 класс.

Итоговая диагностика(динамического чувства)

Цель: определение способности адекватной аудиально-моторной реакции на динамические изменения инструментального и вокальноинструментального стимула.

Музыкальный руководитель: Сейчас поиграем с тобой в «громко-тихо». Я буду играть на фортепиано, а ты на барабанах или бубне. Играй как я: я – громко и ты – громко, я тихо и ты тихо. Адекватное исполнение контрастной динамики «форте – пиано» оценивается в 1 балл.

А теперь музыка будет постепенно усиливаться или затихать. Тебе надо будет так же исполнить .Адекватное исполнение 1-й фразы в динамике «крещендо» оценивается в 2 балла и 2-й фразы – «диминуэндо» оценивается в 2 балла.

Критерии оценки:

- 1 набранный балл – слабый уровень развития динамического чувства, оценивается как 1 балл.
- 2 – 3 набранных балла – средний уровень развития динамического чувства, оценивается как 2 балла.
- 4 – 5 набранных баллов – высокий уровень развития динамического чувства, оценивается как 3 балла.

3 класс

Итоговая диагностика(ладово-мелодического чувства).

«Две подружки»

Цель: выявить уровень развития ладово-мелодического чувства, рефлексивной способности различать ладовые функции мелодии.

Музыкальный руководитель: Прослушай 2 песенки ;веселой и грустной девочек,и скажи, -какую песенку пела веселая, а какую грустная девочка.

Составляют попевки, по принципу контраста-сопоставления ладовых функций мелодии. Предъявляются три мелодии попевки. За каждый правильный ответ начисляется 1 балл.

Критерии оценки:

1 балл – низкий уровень развития ладово-мелодического чувства. Ребенок неправильно определил все мелодии или определил правильно только одну. 2 балла – средний уровень развития ладово-мелодического чувства. Ребенок дал два верных ответа.

3 балла – высокий уровень развития ладово-мелодического чувства. Ребенок дал все правильные ответы.

4 класс

Итоговая диагностика (музыкальной деятельности)

Она включает в себя диагностику умений и навыков по всем разделам музыкальной деятельности:

- Восприятие
- Развитие музыкального слуха и голоса
- Пение
- Музыкально-ритмические движения
- Музицирование
- Музыкальное творчество.

4 балла Высокий уровень – творческая активность ребенка, его самостоятельность, инициатива; быстрое осмысление задания, точное выразительное его выполнение без помощи взрослого; ярко выраженная эмоциональность (во всех видах музыкальной деятельности).

3 балла Средний уровень – эмоциональная отзывчивость, интерес, желание включиться в музыкальную деятельность. Однако ребенок затрудняется в выполнении задания. Требуется помощь педагога, дополнительное объяснение, показ, повторы.

2 балла Низкий уровень – малоэмоционален; «ровно», спокойно относится к музыке, к музыкальной деятельности, нет активного интереса, равнодушен. Не способен к самостоятельности.

1 балл Критический уровень (редко встречаемая оценка) – негативное отношение к музыке, музыкальной деятельности. Обычно это связано с отклонениями в здоровье ребенка или с педагогической запущенностью (чаще по вине семьи).

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580853

Владелец Михеева Ольга Владимировна

Действителен с 28.02.2024 по 27.02.2025