

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение основная общеобразовательная школа №3**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на Педагогическом Совете  Протокол № 9  «27» мая 2019г. |  | СОГЛАСОВАНО  Зам. директора по УВР  ФИО Жужжина Г.А.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  от «27» мая 2019г. | УТВЕРЖДАЮ  Директор МБОУ ООШ №3 ТульскаяО.В.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Приказ № 111  «27» мая 2019г. |

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ритмике для обучающихся 2 класса

с умственной отсталостью (вариант 2)

Учитель музыки

Якименко Ж.Н.

(соответствует занимаемой должности)

Г. Советск , 2019 г.

**Содержание программы**

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета ритмика\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3
2. Содержание учебного предмета ритмика\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_8
3. Тематическое планирование\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_13

**1.Планируемые результаты реализации программы коррекционного курса «Ритмика"**

**Личностные результаты освоения курса «Ритмика»**

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

**Предметные результаты освоения курса «Ритмика»**

**Обучающиеся должны уметь:**

-готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

-ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

-ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;

-ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

-соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

-выполнять игровые и плясовые движения;

-выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

**Обучающиеся должны знать:**

Минимальный уровень:

- уметь 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 в двухчастной форме с контрастными построениями.

***Достаточный уровень:***

- уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;

- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;

- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;

- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;

- повторять любой ритм, заданный учителем;

- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

По результатам освоения курса проводится мониторинг на начальном этапе, промежуточном и в конце учебного года.

**В составе основных видов универсальных учебных действий можно выделить ключевые блоки: личностные действия, познавательные действия, регулятивные действия, коммуникативные действия, знаковосимволические действия.**

**Личностные действия -**обеспечивают ценностно - смысловую ориентацию учащегося (знание моральных норм, умение соотносить и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения). Включает в себя 3 понятия:

личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;

смыслообразование - установление связи между целью учебы и ее мотивом, т.е. ради чего осуществляется учебная деятельность;

нравственно - этическая обеспечивающего личностный моральный выбор.

**Личностные учебные действия по курсу «Ритмика»**выражается в стремлении реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию; в формировании ценностно - смысловых ориентаций и духовно - нравственных оснований, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма.

**Регулятивные действия**- обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности. К ним относятся: целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил, к определению препятствий.

**2. Содержание программы по коррекционному курсу "Ритмика"**

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ – 4 часа**

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 врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

**УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ – 6 часов**

Круговые движения кистью. 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 несложных ритмических рисунков на бубне и барабане в разных вариациях.

**ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ – 6 часов**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой, регистрами. 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.  Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценировка доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

 Русские народные танцы. Пальчики и ручки. Инсценировка песни. Каравай. На горе-то калина.

**РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ – 10 часов**

*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. Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой Ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене 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. 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. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед.

**ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ – 8 часов**

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. Импровизация сказки «Теремок», «Лиса и заяц».

1. **Тематическое планирование ритмика 2 класс с УО (вариант 2)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Тема урока** | **Количество часов** |
|
|  | **Раздел 1. Ориентировка в пространстве (3 часа)** Ощущение себя в пространстве | **1** |
|  | Исходное положение | 1 |
|  | Ходим по тропинкам | 1 |
|  | **Раздел 2. Строевые упражнения (2 часа)** Построение в шеренгу | 2 |
|  | Построение в колонну |  |
|  | **Раздел 3. Танцевальные упражнения (4 часа)** Бег, ходьба и прыжки | 4 |
|  | Танцуем руками. Пальчиковая гимнастика. |  |
|  | Элементы русской пляски |  |
|  | Элементы русской пляски |  |
|  | **Раздел 4. Упражнения с предметами** Подвижные игры | 5 |
|  | Подвижные игры |  |
|  | Подвижные игры. Пальчиковая гимнастика. |  |
|  | Подвижные игры |  |
|  | Подвижные игры. Пальчиковая гимнастика. |  |
|  | **Раздел 5. Играем вместе** |  |
|  | Ходьба и бег | 1 |
|  | Построение в шеренгу | 1 |
|  | **Раздел 6. Танцуйте вместе с нами** Парная пляска. Чешская народная мелодия Элементы русской пляски | 1 |
|  | Элементы русской пляски | 1 |
|  | **Раздел 7. Музыкальные инструменты Музыкальные** сказки | 4 |
|  | Музыкальные сказки «Лиса и заяц». Пальчиковая гимнастика. |  |
|  | Музыкальные сказки «Лиса и заяц» |  |
|  | Музыкальные сказки «Теремок». Пальчиковая гимнастика. |  |
| 24 | Музыкальные сказки «Теремок» |  |
|  | **Раздел 8. Ритмико-гимнастические упражнения** | 4 |
| 25. | Общеразвивающие упражнения. Упражнения на расслабление мышц. Пальчиковая гимнастика. |  |
| 26. | Общеразвивающие упражнения. Упражнения на расслабление мышц |  |
| 27. | Общеразвивающие упражнения .Упражнения на расслабление мышц. Пальчиковая гимнастика. |  |
| 28. | Общеразвивающие упражнения .Упражнения на расслабление мышц |  |
| 29. | **Раздел 9. Игры под музыку** Импровизация движений | 6 |
| 30. | Импровизация движений. Пальчиковая гимнастика. |  |
| 31. | Импровизация движений. Пальчиковая гимнастика. |  |
| 32. | Импровизация движений. Пальчиковая гимнастика. |  |
| 33. | Импровизация движений. Пальчиковая гимнастика. |  |
| 34. | Импровизация движений. |  |