

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на Педагогическом Совете  Протокол № 1  «31» августа 2020г. | СОГЛАСОВАНО  Зам. директора по УВР  ФИО КожановаГ.А.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  от «31» августа 2020г. | УТВЕРЖДАЮ  Директор МБОУ ООШ №3 ТульскаяО.В.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Приказ № 120  «31» августа 2020г. |

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ритмике для обучающихся 1 класса

с задержкой психического развития

Составитель программы

учитель музыки

первой квалификационной категории

Якименко Ж.Н.

г. Советск, 2020г.

**Содержание программы**

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета ритмика\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3
2. Содержание учебного предмета ритмика\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_4-8
3. Тематическое планирование\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_9-10

**1.Планируемые результаты реализации программы коррекционного курса ритмика 1 класс ЗПР**

**Личностных:**

* Наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;
* Приобретение начальных навыков социокультурной адаптации в современном мире и позитивная оценка своих музыкально творческих возможностей;
* Продуктивное сотрудничество со сверстниками при решении различных творческих задач, в том числе музыкальных;
* Развитие духовно – нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание, уважительное отношение к историко – культурным традициям других народов.
* **Метапредметных:**непосредственное участие детей в разнообразной музыкально-художественной деятельности будет способствовать эффективному воспитанию эстетической культуры, которая является важнейшим фактором духовного становления личности, формирования ее идеалов, вкусов и потребностей, развивать творческие способности ребенка, его индивидуальность и дарования. В результате у учащегося должны сформироваться следующие **универсальные учебные действия:**

1).Личностные - умением использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни,выполнять ритмические комбинации на хорошем уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, согласовывать музыку и движение;

2).Познавательные**–**умение задавать и отвечать на вопросы по изучаемым темам с пониманием и по существу;

3). Коммуникативные – уметь обмениваться информацией, активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности;

4). Регулятивные - умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность

**Особенностью урока** ритмики, в свете его коррекционных за­дач, является положительный эмоциональный фон всей деятель­ности учащихся, который должен быть обеспечен тщательным подбором музыкального репертуара, умелым планированием урока, правильным отношением учителя к достижениям каждого ученика. На занятиях необходимо непременное поощрение малей­ших успехов учеников, максимальная помощь в преодолении ин­дивидуальных затруднений, терпеливое, щадящее отношение к детям. Не допускаются отрицательная оценка неудачных и оши­бочных движений учащихся, резкий или повышенный тон, при­влечение внимания коллектива к отдельным учащимся в случае их неуспехов. Дети должны испытывать радость от предоставлен­ной им возможности выразить себя в движении, передать движе­нием свои чувства, переживания, свое понимание музыкального образа.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение, основными му­зыкальными понятиями и умениями, осуществляются на заняти­ях физкультурой и музыкой. На уроках ритмики происходит дальнейшее практическое освоение этих понятий, умений и навы­ков в специфической форме музыкально-ритмической деятель­ности. Вместе с тем при планировании работы учитель может ис­ходить из требований, указанных в программе по физкультуре для соответствующего класса, и использовать на уроках разучи­ваемые детьми песни и прослушанные произведения, обозначен­ные в программе по музыке.

**Программа по ритмике** изучается в начальных классах, рассчитана на **33 часа** в год (1 класс), **34 часа** в год (2 – 4 класс) и содержит 4 раздела:

* ритмико-гимнастические упражнения;
* ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами:
* импровизация движении на музыкальные темы, игры пол музыку:
* народные пляски и современные танцевальные движения.

На каждом уроке осуществляется работа по всем четырем разделам програм­мы. Однако в зависимости от целей и задач каждого конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотре­нию), имея в виду, что в начале и конце каждого урока должны быть упражнения на снятие напряжения, на расслабление, успокоение.

**2. Содержание программы**

**Ритмико-гимнастические упражнения**

Ритмико-гимнастические упражнения проводятся обычно в на­чале урока, являясь организующим моментом. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, пере­носку предметов и служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправ­ления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т. п.

В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координа­ции. К ним относятся шаги и прыжки через обруч, палку или ка­чающийся канат, повороты на пальцах, бег между кеглями. Уп­ражнения на развитие статической координации, которые можно выполнять, стоя на обеих или на одной ноге, с открытыми, а за­тем с закрытыми глазами, используют в заключительной фазе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способ­ность управлять своим телом, ориентироваться в пространстве, закалять волю.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы ис­пользуются в порядке постепенного усложнения, так что дети по­степенно осваивают их, испытывая радость от достижения успеха. Упражнения строятся на чередовании различных музыкальных сигналов, например: громкое я тихое звучание (громкое топанье и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и мед­ленное хлопанье или поскоки); различение по высоте тона (дви­жения в противоположных направлениях) и т. п. В таких упраж­нениях у детей вместе с воспитанием наблюдательности и вни­мания развиваются быстрота реакции, совершенствуются способ­ности дифференцировок.

В этом разделе работы полезно использовать мячи, шары, флажки и тому подобные предметы, а также гимнастическую скамью (широкую и узкую), шведскую стенку и др.

Детей надо приучать к организованному и бережному обра­щению со снарядами, добиваясь дисциплинированности при ис­пользовании названных выше предметов, предохранять детей от переутомления при возрастающей нагрузке, в случае необходи­мости (например, при соскоках со шведской стенки) обеспечи­вать страховку.

**Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами**

Для этого раздела работы используются детские музыкаль­ные инструменты: металлофоны, барабаны, бубны и др., а также любые другие звучащие предметы: погремушки, дудки, колоколь­чики, треугольники, ложки, хлопушки, самодельные коробки с горохом и т. п. Игрушечные пианино, гармошки не рекомендуются из-за их различной звуковысотной настройки и невозможности в связи с этим использования их в детском оркестре. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводится в сопро­вождении фортепиано.

Упражнения на детских звучащих инструментах развивают чувство ритма, повышают внимание детей, скорость реакции, развивают способность дифференцировок на слух.

Вначале дети знакомятся с каждым инструментом в отдель­ности и с его возможностями, учатся обращению с ним. Их уп­ражняют в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длитель­ности звучания и пауз, чередование темпов и т. п.). Такие упраж­нения многократно повторяются, их сложность постепенно на­растает, развивается навык обращения с инструментами и чувст­во ритма. Упражнения с инструментами можно выполнять сидя на полу или на стуле, стоя, в движении — поодиночке, парами, группами, целым классом. Сначала все упражняются на одном и том же инструменте, воспроизводят ритмы хорошо знакомых му­зыкальных произведений, при этом должны обнаружить понима­ние сильной доли такта, слабых долей, простых мелких долей.

Пониманию сильных долей способствует освоение такого, на­пример, инструмента, как барабан. Дети учатся правильно дер­жать палочки, мягко ударять ими по звучащей поверхности. С палочками выполняют различные упражнения: ударяют их 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 надо учиться выполнять и правой и левой рукой.

Возможны такие упражнения, когда при исполнении одного произведения каждый ученик использует несколько инструмен­тов. Темп исполнения в таких случаях сначала должен быть за­медлен, при смене инструментов возможны остановки. Постепен­но дети привыкают к тому, в какой последовательности включа­ются в исполнение инструменты, как они расположены вокруг них на полу, какой рукой и как их надо вовремя взять. Тогда про­изведение может звучать в нормальном темпе. Трудности возрас­тают, если затем использовать инструменты в другой последова­тельности.

В некоторых упражнениях дети повторяют на инструменте ритмический рисунок, воспроизведенный учителем или одноклас­сниками, сами создают ритмические рисунки. Совместное про­слушивание и передача ритма повышает внимание учащихся и

чувство ответственности перед товарищами за свое участие в об­щем исполнении.

В упражнениях со звучащими инструментами дети активно приобщаются к искусству, учатся выражать себя в нем, участву­ют в совместном исполнении произведений. Это является мощ­ным средством эстетического воспитания школьников и формиро­вания способности активной творческой совместной деятельности.

**Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку**

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

Прежде чем дети начинают двигаться, учитель знакомит их с музыкой, в краткой беседе помогает понять содержание песни, характер произведения в целом и отдельных его частей, тем, т. е. направляет воображение детей, оживляет их эмоциональную па­мять, однако движения им не подсказывает. В противном случае у детей вырабатываются двигательные шаблоны, они теряют воз­можность двигаться, как хотят. При необходимости учитель мо­жет оказать помощь в такой примерно форме: «Двигаться так, чтобы было видно, что ты маршируешь, как солдат», или: «..., что ты тренируешься на спортплощадке», или: «..., что ты играешь роль клоуна». Подобные упражнения повышают творческую ак­тивность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность, прилагать совместные усилия к ре­шению задачи и доставляют им особую радость. В этих упраж­нениях преодолевается скованность учащихся, повышается спо­собность приспосабливать свои действия к имеющимся условиям и ситуациям, возрастает осознание ответственности за свои дей­ствия перед товарищами.

Музыка, используемая в данном разделе работы, должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно для этого привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания, полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содер­жание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напевать или петь хором, со­провождая движения. Это способствует созданию радостной ат­мосферы на уроке. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, например, «маятник», «де­ревья под ветерком и ветром», «полет птиц» и т. п.; или участво­вать в играх «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т. п.; или свободно изображать действия на темы «Мы бегаем по лу­жам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т. п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

С возрастом дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. Сначала учитель делит их на 2—3 группы, знакомит их с произведениями двух-, трехчастной формы или с произведением, содержащим несколько контрастных, разно­характерных тем, и выясняет, как они понимают характер каж­дой части, каждой темы. Как правило, учитель выслушивает мне­ние двух или трех учеников о том, как они представляют себе те­мы, предлагает остальным высказать свои критические замеча­ния, следя за тем, чтобы фантазия детей содержала доступные для воплощения образы. После этого каждая группа учащихся выполняет под музыку различные действия, раскрывающие ту или иную сценическую ситуацию (например, «Гуси и волки»). На следующем этапе можно распределить роли среди учеников. Ис­полнение той или иной роли заставляет ребенка вживаться в об­раз, управлять своим поведением, подчинять себя правилам игры, что чрезвычайно важно в воспитательном отношении. В качестве примера можно назвать инсценирование песни Л. Книппера (ел. А. Коваленкова) «Почему медведь зимой спит». Дети, ис­полняющие роли главных действующих лиц: медведя, лисы, дятла, и все остальные ученики, изображающие деревья в лесу, поют известную школьникам песню и своими движениями ста­раются передать ее содержание. Учитель объединяет усилия уче­ников, разбирает с ними ролевое участие каждого в отдельности и всех вместе. Так же обстоит дело и со сценическим изображе­нием хорошо знакомых детям сказок в сопровождении подобран­ной учителем музыки.

Отработанные сценические музыкальные постановки можно исполнять на детских утренниках с использованием элементов костюма и реквизита.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны). Несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (напри­мер, ходьба вдоль стен, змейкой, по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ве­дут свою «партию». Исполнение отсроченных движений повыша­ет чувствительность к ритму, способность своевременно вклю­читься в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладе­вают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

**Народные пляски и современные танцевальные движения**

Подготовка к работе по этому разделу проводится в любой части урока. В занятия включаются и отрабатываются отдель­ные танцевальные движения (не более четырех-пяти наименова­ний за учебный год).

Народные пляски и танцы приобщают детей к народной куль­туре, заражают их оптимизмом, порождают положительные эмо­ции. Работа по этому разделу программы всегда вызывает ра­дость у детей, помогает развитию у них эстетического чувства, способствует формированию коллективистских 'начал во взаимо­отношениях, повышает культуру поведения. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используют хоро­воды, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения, терпеливо обращаться при смене и передвижке парт­неров к тем ученикам, у которых имеются какие-либо индивиду­альные затруднения.

Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизво­дя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музы­кального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение.

Следует добиваться, чтобы дети так овладевали движениями, что могли двигаться в танце свободно и непринужденно. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить термины: шаг польки, шаг галопа и др.

Ис­пользование грамзаписи возможно лишь на некоторых этапах урока — при сопровождении отработанного танца, разученных игр и инсценировок. В остальных случаях учитель должен иметь возможность произвольно изменять темп, динамические оттенки, продолжительность звучания музыки и т. п. в соответствии с за­дачами и целями, педагогической целесообразностью каждого этапа урока.

Ученикам необходимо для урока ритмики иметь тапочки и гимнастическую форму, которую можно заменять костюмом, ис­пользуемым для занятий в хореографических кружках.

Уроки должны проводиться в специальном или приспособлен­ном просторном помещении, отвечающем по санитарно-гигиеническим характеристикам тем требованиям, которые предъявля­ются к помещениям для подобных занятий.

В помещении должны находиться музыкальный инструмент, гимнастические скамейки, шведская стенка, стулья для отдыха детей и для сидячих упражнений, желательно ковер или инди­видуальные коврики-подстилки (многие задания полезно выпол­нять сидя на полу). Оборудование, необходимое для проведения уроков ритмики: мячи, шары разных размеров и цвета, флажки, ленты, косынки, обручи, булавы, кегли, скакалки, гимнастические палки, погремушки, дудки, колокольчики, барабанчики, металло­фоны, бубны, треугольники, трещотки, ложки, хлопушки и т. п.— в количестве по 12 предметов или инструментов, т. е. для каждо­го ученика.

**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.

1. **Тематическое планирование ритмика 1 класс ЗПР**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Тема урока** | **Количество часов** |
|
|  | Вводный. **Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)** | 1 |
|  | Разновидности ходьбы | 1 |
|  | Танцевальный шаг на полу пальцах | 1 |
|  | Перестроения | 1 |
|  | Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме | 1 |
|  | Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку | 1 |
|  | Пальчиковая гимнастика. Упражнение с препятствиями и на координацию движений | 1 |
|  | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 1 |
|  | Итоговое занятие | 1 |
|  | **Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)** | 1 |
|  | Упражнения на внимание | 1 |
|  | Упражнение на расслабление мышц | 1 |
|  | Упражнение на координацию движений | 1 |
|  | Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы | 1 |
|  | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности | 1 |
|  | Итоговое занятие | 1 |
|  | **Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)** | 1 |
|  | Упражнение в равновесии | 1 |
|  | Индивидуальное творчество | 1 |
|  | Упражнения с гимнастическими палками | 1 |
|  | Упражнения с обручем | 1 |
|  | Упражнения для развития ритма | 1 |
|  | Упражнение на передачу в движении характера музыки | 1 |
| 24. | Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание | 1 |
| 25. | Итоговое занятие | 1 |
|  | **Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)** | 1 |
| 26. | Танцевальные упражнения и движения | 1 |
| 27. | Соединение движения с музыкой | 1 |
| 28. | Русские народные игры | 1 |
| 29. | Упражнение на развитие танцевального творчества | 1 |
| 30. | Элементы русских народных плясок | 1 |
| 31. | Повторение движений. | 1 |
| 32. | Повторение движений. | 1 |
| 33. | Повторение движений. | 1 |