

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**Иркутского районного муниципального образования**

**«Малоголоустненская средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

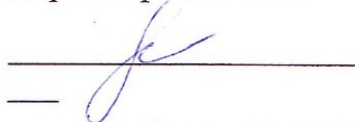


Эрленбуш Н.Ю.

Протокол от «29»  
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель  
директора по УВР



Кириленко Т.А.

Приказ 1/24 от «01»  
сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Панкрашин В.В.

Приказ 1/05 от «01»  
августа 2023 г.

**Адаптированная рабочая программа**

Учебного предмета

«Ритмика»

(вариант 2)

2023г

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Ритмика», на 2023/24 учебный год для обучающихся 3 -го класса разработана в соответствии с требованиями следующих документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности
3. программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (распространяется на правоотношения с 1 сентября 2021 года).
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11 марта 2016 г. № ВК-452/07 "О введении ФГОС ОВЗ". Методические рекомендации по вопросам внедрения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 (действуют с 1 января 2021 года).
6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2 (действуют с 1 марта 2021 года).
7. Приказ Минпросвещения от 20.05.2020 № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при

реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность».

8. Учебный план для реализации АООП для детей с ОВЗ МОУ ИРМО «Малоголоустненская СОШ» 2023-2024 учебный год
9. Положение о рабочей программе МОУ ИРМО «Малоголоустненская СОШ» на 2023/24 учебный год.

Данная программа рассчитана на 1 год (34 учебных недели). Общее число учебных часов в 3 -м классе – 34 (1 часа в неделю).

**Изучение курса «Ритмика» направлено на достижение следующей цели:**

- развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки. На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Задачами курса являются:**

- формирование основ музыкальной культуры детей;
- развивать музыкальные и творческие способности с помощью различных видов музыкальной деятельности, учитывая возможности каждого ребенка;
- способствовать формированию общей духовной культуры;
- укрепление здоровья детей.

**Планируемые образовательные результаты освоения учебного предмета  
«Ритмика»**

**Личностные результаты:**

- формирование эмоционально-ценностного отношения к искусству;

- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения;
- развитие художественно-творческой и танцевальной способности;
- осознание значимости занятий танцами для личного развития.

### **Метапредметные результаты:**

#### **Регулятивные УУД:**

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи, в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над танцем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».
- накапливать представления о ритме и синхронном движении;
- наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства.

#### **Познавательные УУД:**

- решать творческие задачи, анализировать информацию;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

#### **Коммуникативные УУД:**

- умение координировать свои усилия;
- умение задавать вопросы;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- не создавать проблемных ситуаций.

### **Предметные результаты:**

- слышать и чувствовать музыку;
- самостоятельно начинать движения после музыкального вступления;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться);
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- ходить по кругу, не сходя с его линии;
- выполнять различные упражнения с зеркального показа;
- ритмично выполнять движения руками и ногами;
- передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;
- оценивать себя в танце.

### **Формы учёта знаний и умений:**

- наблюдение;
- диагностика;
- беседа;

- сюжетно-ролевая игра.

**Формы подведения итогов:**

- инсценировка;
- праздник.

## **Содержание учебного предмета «Ритмика»**

### **Ритмико-гимнастические упражнения**

#### **Упражнения на ориентировку в пространстве**

Правильное исходное положение. Ходьба под музыку. Ходьба с высоким подниманием колен. Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Бег с высоким подниманием колен. Ориентировка в направлении движения вперед, назад. Ориентировка в направлении движения направо, налево; в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

#### **Общеразвивающие упражнения**

Упражнения на выработку осанки. Наклоны, повороты головы. Круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях. Движения рук в разных направлениях с предметами. Наклоны и повороты туловища вправо, влево (с предметами и без). Приседание с опорой и без опоры. Приседание с предметами. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, круговые движения стопой, отведение стопы наружу, приведение стопы вовнутрь. Выставление ноги на носок вперед и в стороны. Вставание на полупальцы.

#### **Упражнения на координацию движений**

Упражнения на поднятие и опускание рук. Одновременные движения рук: правая – вверх, левая – в сторону; правая рука – вперед, левая – вверх. Прохлопывание простых ритмических рисунков. Выставление левой ноги вперед, правой руки перед собой. Выставление левой ноги в сторону, правой руки в сторону. Изучение позиций рук. Смена позиций рук одновременно. Смена позиций рук отдельно каждой. Проводить движение руки взглядом. Протопывание простых ритмических рисунков. Основная стойка. Разновидности шага. Построение. Отстукивание ритма мелодий. Подвижная игра на развитие координационных способностей.

#### **Упражнения на расслабление мышц**

Поднять руки в стороны, уронить руки вниз, быстрым движением потрясти кистями. Поднять плечи выше и свободно опустить. Свободные круговые движения рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно. Перенесение тяжести тела с одной ноги на другую.

#### **Упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Движения кистей в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук в зависимости от изменения

темпа музыки. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане отдельно каждой палочкой. Отстукивание простых ритмических рисунков с проговариванием стихов.

### **Игры под музыку**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с характером Музыка (веселый, грустный), с динамикой (громко, тихо), с регистром (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы в соответствии с изменениями в музыке. Изменение направления и формы бега в соответствии с изменениями в музыке. Пскоки. Передача притопами, хлопками акцентов в музыке. Игра с флажками. Игра с пением. Игра с речевым сопровождением.

### **Танцевальные упражнения**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый шаг. Топающий шаг. Легкий бег. Бег на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской народной пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне. Притопы одной ногой и поочередно. Выставление ноги с носка на пятку. Бег, кружение на месте, ходьба.

### **Формы организации занятий и основных видов деятельности:**

- индивидуальная работа;
- самостоятельная работа.

## **Тематическое планирование**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов</b>	<b>Количество во часов</b>
1	Ритмико-гимнастические упражнения	16
2	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	4
3	Игры под музыку	4
4	Танцевальные упражнения	10
	Итого	34

## **Календарно-тематическое планирование**

№ п/п	Тема урока	Кол -во час ов	Дата	
			По плану	По факту
	<b>I четверть</b>			
1	Упражнения на ориентировку.	1		
2	Танцевальные упражнения.	1		
3	Музыкально-ритмические упражнения.	1		
4	Общеразвивающие упражнения.	1		
5	Игры под музыку.	1		
6	Ритмико-гимнастические упражнения («Пружинки», «Петрушка»)	1		
7	Ритмико- гимнастические упражнения.	1		
8	Заключительное занятие.	1		
	<b>II четверть</b>			
9	Танцевальные упражнения.	1		
10	Упражнения на ориентировку.	1		
11	Общеразвивающие упражнения.	1		
12	Игры под музыку.	1		
13	Музыкально-ритмические упражнения.	1		
14	Упражнения на координацию движений.	1		
15	Повторение.	1		
16	Заключительное занятие.	1		
	<b>III четверть</b>			
17	Общеразвивающие упражнения.	1		
18	Танцевальные упражнения. Знакомство с новыми элементами танца.	1		
19	Танцевальные упражнения. Отработка новых элементов танца.	1		
20	Ритмико-гимнастические упражнения.	1		
21	Игры под музыку.	1		
22	Танцевальные упражнения.	1		
23	Ритмико- гимнастические упражнения.	1		

