**Омутинская специальная школа» филиал МАОУ ОСОШ №1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Согласовано»  Заместитель директора по УВР  /Мельникова О.А.  30. 08.2016 года. | «Согласовано»  Заведующий филиала  /Окороков А.В./ | «Утверждаю»  Директор МАОУ ОСОШ №1  Е.В. Казаринова  приказ № \_130-од\_\_\_от \_\_30\_\_08.2016г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по Ритмике

1 класс; УМК, адаптированная основная общеобразовательная программа

образования обучающихся с умственной отсталостью, вариант 1;

33 часа

2016-2017 учебный год.

2016-2017 учебный год.

**Планируемые результаты изучения предмета «Ритмика».**

**Личностные результаты.**

* включаться в работу к выполнению заданий на занятиях;
* уметь слушать музыку и давать характеристику данной музыки;
* не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам;
* принимать участие в творческой жизни коллектива.

**Метапредметные результаты**

***Регулятивные***

* готовиться к занятиям;
* находить свое место в строю;
* организованно входить в класс и выходить из класса;
* приветствовать учителя;
* занимать правильное исходное положение;

***Предметные:***

* ходить свободным шагом;
* держать дистанцию;
* знать характер музыки, темп, ритм;
* выполнять игровые и плясовые движения;
* выполнять движения после показа и по словесной инструкции учителя;
* начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;

***Коммуникативные:***

* уметь работать в коллективе, в группе;
* принимать активное участие в обсуждении темы занятий;
* обращаться за помощью и принимать ее;
* слушать и правильно выполнять инструкцию учителя;
* доброжелательно относиться к сверстникам во время выполнения движений;
* адекватно реагировать на замечание учителя и одноклассников во время игровых занятий;

**Предметные результаты**

* 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;
* выполнять игровые и плясовые движения;

**3. Содержание учебного предмета**

Программа по ритмике состоит из пяти разделов:

1 **«Упражнения на ориентировку в пространстве».** Раздел включает упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве. Правильное исходное положение, бег, ходьба, перестроения по фигурам, упражнения с предметами во время ходьбы по залу.

2 **«Ритмико-гимнастические упражнения»**. Этот раздел включает упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. Например: различные наклоны туловища, работа головы, рук, ног, упражнения с предметами, отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков, упражнения на релаксацию.

3 **«Упражнения с детскими музыкальными инструментами».** Упражнения для кистей рук, отстукивание простых ритмических рисунков на барабане, игра на музыкальных (детских) инструментах: барабан, гармошка, бубен, погремушка, трещотка.

4 **«Музыкальные игры».** Выполнение ритмических движений в соответствии с различным характером музыки. Знать темп, ритм, характер музыки. Выполнение имитационных упражнений и игр, игры на подражание конкретных образах. Музыкальные игры с предметами. Игры с речевым сопровождением.

5 **«Танцевальные упражнения».** Знакомство с танцевальными движениями. Понятие танец. Разучивание танцев. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Учащиеся знакомятся с названиями танцев, а так же с основными движениями. Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

На занятиях ритмикой необходимо осуществлять дифференцированный подход, регулируя физическую и двигательную нагрузку каждого ребенка.

**МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ДВИЖЕНИЯ**

Игры: «Ворон» (русская народная песня); «Кот и мыши» Т. Ломовой; «Летчики, следите за погодой!» М. Раухвергера; «Как на тоненький ледок…» (русская народная песня); «Кто скорее?» Л. Шварца; «На зарядку!» М. Старокадомского; «Каравай», «Горелки», «Теремок» (русские народные песни). Упражнения: «Мельница» Т. Ломовой; «Игра с мячами», «Скакалки» А. Петрова; «Упражнения с флажками» Ф. Шуберта; «Поскоки» С. Затеплинского; «Поезд» Е. Тиличеевой. Повторять знакомые упражнения. Пляски: «Калинка» (русская народная песня); «Парная пляска» (карельская песня); «Полька» Ю. Чичкова; «Петрушки», «Снежинки» Ю. Слонова; «Аннушка» (чешская полька); «Пойду ль я, выйду ль я» (русская народная песня); «Мы в зеленые луга пойдем» Н. Леви; «Приглашение», «Стукалка» (украинские народные мелодии); «Матрешки» Ю. Слонова.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **№**  **урока** | **Тема урока, тип урока** | **Кол-во**  **часов** |
|  |  | **Упражнения на ориентировку в пространстве (4 ч)** |  |
|  | 1 | Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. | 1 |
|  | 2 | Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). | 1 |
|  | 3 | Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 |
|  | 4 | Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы | 1 |
|  |  | **Ритмико-гимнастические упражнения (4 ч)** |  |
|  | 5 | Ходьба и бег. | 1 |
|  | 6 | Перекрестное поднимание и опускание рук. | 1 |
|  | 7 | Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. | 1 |
|  | 8 | Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 |
|  |  | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами (3ч)** |  |
|  | 9 | Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане одной палочкой. | 1 |
|  | 10 | Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | 1 |
|  | 11 | Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). | 1 |
|  |  | **Игры под музыку (2 ч)** |  |
|  | 12 | Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. | 1 |
|  | 13 | Выполнение имитационных упражнений и игр, в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. | 1 |
|  |  | **Танцевальные упражнения (2ч)** |  |
|  | 14 | Знакомство с танцевальными движениями. Танец «Пальчики и ручки». | 1 |
|  | 15 | Танец «Пальчики и ручки». | 1 |
|  |  | **Танцевальные упражнения. Танцы и пляски (2ч)** |  |
|  | 16 | Танец «Стукалка». Пляска с султанчиками. | 1 |
|  | 17 | Танец «Стукалка». Пляска с султанчиками. | 1 |
|  |  | **Упражнения на ориентировку в пространстве (4ч).** |  |
|  | 18 | Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. | 1 |
|  | 19 | Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. | 1 |
|  | 20 | Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | 1 |
|  | 21 | Выполнение имитационных упражнений и игр, в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. | 1 |
|  |  | **Ритмико-гимнастические упражнения (4 ч)** |  |
|  | 22 | Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). | 1 |
|  | 23 | Приседания с опорой и без опоры, с предметами | 1 |
|  | 24 | Сгибание и разгибание ноги в подъеме. Свободное круговое движение рук. | 1 |
|  | 25 | Упражнения на выработку осанки. | 1 |
|  |  | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами (1ч)** |  |
|  | 26 | Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). | 1 |
|  |  | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами (2ч)** |  |
|  | 27 | Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | 1 |
|  | 28 | Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками. | 1 |
|  |  | **Игры под музыку (2ч)** |  |
|  | 29 | Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. | 1 |
|  | 30 | Игры с пением и речевым сопровождением. | 1 |
|  |  | **Танцевальные упражнения (2ч)** |  |
|  | 31 | Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. | 1 |
|  | 32 | Элементы русской пляски. | 1 |
|  |  | **Танцы и пляски (1ч)** |  |
|  | 33 | Пляска с притопами. | 1 |
|  |  | **Итого 33 часа** |  |