

**Приложение №1**  
**к адаптированной образовательной программе**  
**начального общего образования**  
**обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата**  
**(вариант 6.1)**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**«Ритмика»**

**1 – 4 классы**

Курс «Ритмика» направлен на развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития; развитие выразительности движений и самовыражения; коррекцию недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения; ориентировки в пространстве.

### **1. Планируемые результаты освоения курса**

#### **Личностные результаты**

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### **Метапредметные результаты**

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в

том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;  
формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

## **Предметные результаты**

### **1 класс.**

В общей системе коррекционно-развивающей работы курс «Ритмика» в 1 классе позволяет проконтролировать наличие позитивных изменений по следующим параметрам: совершенствование двигательных умений и навыков, развитие эмоционально-волевой и познавательной сфер.

#### **В области формирования двигательных умений и навыков:**

- умение различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
- умение соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
- совершенствование координационных движений (быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласованность действий рук, ног, туловища и др.);
- умение выполнять простейшие построения и перестроения;
- умение ходить в шеренге и разными видами шага;
- овладение простейшими элементами танца;
- умение выразительно передавать различные игровые образы, придумывать варианты образных движений в играх;
- владеть техникой элементарной мышечной релаксации.

#### **В области развития эмоционально-личностной сферы и коррекции ее недостатков:**

- проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и во время участия в публичных выступлениях (концерты и праздники);
- умение выполнять задания взрослого и не подводить своих одноклассников, действовать в группе слаженно и сообща;
- умение управлять своими эмоциями в процессе взаимодействия со сверстниками;
- умение быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

**В области коррекции недостатков развития познавательной сферы и формирования высших психических функций:**

- расширение сферы жизненной компетенции за счет совершенствования ориентировки в пространстве, расширение знаний о танцах и танцевальных шагах, умении регулировать свое поведение на занятиях, концертах и праздниках;
- умение действовать по показу и по речевой инструкции при выполнении упражнений;
- умение контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них;
- умение анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное время под руководством взрослого и самостоятельно;
- умение адекватно оценивать собственные физические и творческие возможности;
- овладение индивидуальными комплексами упражнений лечебной и корригирующей гимнастики;
- умение оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

***2 класс***

- соблюдать требования к занятиям ритмикой, знать, что можно делать и что - нельзя;
- определять характер, темп и плавность музыки;
- играть в игры под музыку;
- прохлопать простой ритмический рисунок;
- ориентироваться в направлении движения (вперед, назад, вправо, влево);
- построениям (в колонну, цепочку, круг) и перестроениям (в шеренги, в круг из шеренги и обратно);
- ходьба, бег, маршировка, прыжки, поскоки под разную музыку;
- отражать в ритмо-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику музыки;
- передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- ставить руки в соответствующую позицию (подготовительную, первую и вторую) по словесной инструкции;
- держать «линию танца»;
- выполнять перекрестные движения рук и ног при выполнении ритмо-гимнастических упражнений и танцевальных комплексов;
- выполнять основные ритмо-гимнастические упражнения под музыку и с тем же темпом и ритмом после ее окончания;
- выполнять ритмо-гимнастические упражнения и танцевальные движения по показу взрослого, по опорным сигналам;
- выполнять имитационные движения (отдельные и/или в миниатюрах);
- выполнять отдельные танцевальные шаги (приставной, переменный, галоп и другие);
- выполнять танцевальные движения с предметами;

- ускорять и замедлять танцевальные движения в соответствии с темпом музыки;
- выполнять такие танцевальные движения как покачивание, пружинные движения, кружение, поскоки, махи ногами и т.д.;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (бубен, погремушка, барабан и т.д.);
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- выполнять движения и одновременно декламировать стихи и известные детские песни под музыку;
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держат осанку, улыбаться, быстро восстанавливать рисунок танца при ошибках, организованно выходить на поклон и т.д.).

### *3 класс*

- соблюдать требования к занятиям ритмикой, знать правила поведения на занятиях, а также в малых группах и в парах;
- определять характер, темп и плавность у изменяющейся музыки;
- прохлопать предложенный ритмический рисунок и использовать это умение в танцах, передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- построениям (в колонну по диагонали, шеренгу, цепочку, круг, пары) и перестроениям (в шеренги, в круг из шеренги и обратно, из колонны в пары и обратно);
- ходьба, бег, маршировка, прыжки, поскоки под изменяющуюся музыку;
- отражать в ритмо-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику изменяющейся музыки;
- ставить ноги в соответствующую позицию из пяти по словесной инструкции;
- ставить руки в соответствующую позицию (подготовительную, первую, вторую, третью) по словесной инструкции;
- держать «линию танца»;
- выполнять синхронные ритмо-гимнастические и танцевальные движения в парах;
- выполнять ритмо-гимнастические упражнения и танцевальные движения не только по показу взрослого, по опорным сигналам, но и по простым словесным инструкциям;
- выполнять имитационные движения (отдельные и в миниатюрах);
- выполнять отдельные танцевальные шаги (приставной, галоп, полька, русский переменный с припаданием), в том числе хороводные;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- выполнять различные танцевальные движения индивидуально под музыку;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (ложки, бубен, погремушка, барабан и т.д.);
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- выполнять движения и одновременно декламировать стихи и известные детские песни под музыку;
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держат осанку, улыбаться, быстро восстанавливать рисунок танца при ошибках, организованно выходить на поклон и т.д.).

### *4 класс*

- соблюдать требования к занятиям ритмикой, знать правила поведения на занятиях, а также в малых группах и в парах;

- определять характер, темп и плавность у изменяющейся музыки;
- прохлопать предложенный ритмический рисунок и использовать это умение в танцах, передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- построениям (в колонну по диагонали, шеренгу, цепочку, круг, пары) и перестроениям (в шеренги, в круг из шеренги и обратно, из колонны в пары и обратно);
- ходьба, бег, маршировка, прыжки, поскоки под изменяющуюся музыку;
- отражать в ритмо-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику изменяющейся музыки;
- ставить ноги в соответствующую позицию из пяти по словесной инструкции;
- ставить руки в соответствующую позицию (подготовительную, первую, вторую, третью) по словесной инструкции;
- держать «линию танца»;
- выполнять синхронные ритмо-гимнастические и танцевальные движения в парах;
- выполнять ритмо-гимнастические упражнения и танцевальные движения не только по показу взрослого, по опорным сигналам, но и по простым словесным инструкциям;
- выполнять имитационные движения (отдельные и в миниатюрах);
- выполнять отдельные танцевальные шаги (приставной, галоп, полька, русский переменный с припаданием), в том числе хороводные;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- выполнять различные танцевальные движения индивидуально под музыку;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (ложки, бубен, погремушка, барабан и т.д.);
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- выполнять движения и одновременно декламировать стихи и известные детские песни под музыку;
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держат осанку, улыбаться, быстро восстанавливать рисунок танца при ошибках, организованно выходить на поклон и т.д.).

## **2.Содержание**

### **1 класс**

«Музыка и движение» (основные упражнения и основные упражнения в парах), «Музыка и танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Движения и речь», «Музыка, движение и речь».

### **2 класс**

«Музыка и движение», «Музыка и танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Музыка, движение и речь».

### **3 класс**

«Музыка и движение», «Музыка и танец», «Музыка и народный танец», «Музыка, танец», «Музыка, движение и речь».

### **4 класс**

«Музыка и движение», «Музыка и танец», «Музыка и народный танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Музыка, движение и речь».

## **1.Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы**

**воспитания**

**1 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Название темы</b>	<b>Количество часов</b>
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1
2	«Слушаем и двигаемся»	1
3	«Темп движения и музыкальный темп»	1
4	«Движение по ориентирам»	1
5	«Построения и перестроения»	1
6	«Шаги»	1
7	«Попрыгаем»	1
8	«Повторим» (обобщение).	1
9	«Построения и перестроения в шеренге с речевками».	1
10	«Построения и перестроения в круг с речевками».	1
11	Игры под музыку «В круг вставай, не зевай», «Ручеек»	1
12	«Речевку начинай!»	1
13	«Скажу и сделаю сам».	1
14	«Скажу и сделаю, послушаю и сделаю».	2
15	«Скажем и сделаем» (обобщение).	1
16	«Скажем и сделаем» (повторение).	1
17	«Найди пару».	1
18	«Делаем вместе».	1
19	«Делаем вместе с речевками»	1
20	«Танцевальные движения».	1
21	«Танец «Приглашение».	1
22	«Танец «Всадники» (изучение прямого галопа).	1
23	«Танец «Всадники» (исполнение).	1
24	«Потанцуем».	1
25	«Вспомним танцы».	1
26	«Русская пляска» (шаги).	1
27	«Русская пляска» (притопы).	1
28	«Русская пляска» (элементы танца).	1
29	Танец «Ковырялочка».	1
30	«Галоп в парах» (элементы танца).	1
31	«Галоп в парах» (танец).	1
32	Обобщающее занятие «Потанцуем».	1
	<b>Итого</b>	<b>33</b>

**2 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Название темы</b>	<b>Количество часов</b>
1	Повторение пройденного в первом классе	1
2	Повторение построений, перестроений шагов	1
3	Повторение танцев	1

4	Основные позиции рук	1
5	Танец в парах с использованием предметов	2
6	«Потанцуем»	1
7	«Повторим»	1
8	Танец с использованием предметов	2
9	Танец с построениями и перестроениями	3
10	«Потанцуем»	2
11	Повторение изученных танцев	1
12	Танец с притопываниями и хлопками	2
13	Танец с поскоками	2
14	Танец с предметами	2
15	Танец с применением музыкальных инструментов	3
16	Повторение танцев	1
17	Ритмодекламации (под музыку и без музыки)	2
18	Декламация песен под музыку в хороводе	3
19	Танец с предметами	2
20	Отчетный концерт	1
Итого:		34

### 3 класс

№ п/п	Название темы	Количество часов
1	Повторение движений, пройденных во втором классе.	1
2	Повторение танцев	2
3	Гимнастические композиции в парах	2
4	Гимнастические композиции с построениями и перестроениями.	2
5	«Потанцуем»	1
6	Танцевальный шаг польки	3
7	Танцы с разными шагами для хоровода	3
8	«Потанцуем»	1
9	Повторение изученных танцев	1
10	Народный танец с предметами	2
11	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания	2
12	Сложный русский танец	2
13	Сложный русский танец с использованием ложек	3
14	Повторение танцев	1
15	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки)	1
16	Декламация песен под музыку в танце	3
17	Танец с индивидуальными выступлениями	3
18	Отчетный концерт	1
Итого:		34

### 4 класс

№ п/п	Название темы	Количество часов
-------	---------------	------------------

1	Повторение движений, пройденных в третьем классе.	1
2	Повторение танцев	2
3	Гимнастические композиции в парах	2
4	Гимнастические композиции с построениями и перестроениями.	2
5	«Потанцуем»	1
6	Танцевальный шаг польки	3
7	Танцы с разными шагами для хоровода	3
8	«Потанцуем»	1
9	Повторение изученных танцев	1
10	Народный танец с предметами	2
11	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания	2
12	Сложный русский танец	2
13	Сложный русский танец с использованием ложек	3
14	Повторение танцев	1
15	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки)	1
16	Декламация песен под музыку в танце	3
17	Танец с индивидуальными выступлениями	3
18	Отчетный концерт	1
Итого:		34

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575817

Владелец Душко Михаил Николаевич

Действителен с 11.03.2021 по 11.03.2022