

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5»

Утверждена

приказом

по образовательному учреждению

№ 01-04/292 от «30» августа 2018 г.

Директор школы

И.А. Молодзяновская
И.А. Молодзяновская



**АДАптированная рабочая программа
учебного предмета начального общего
образования «Ритмика»**

г. Алапаевск

2018 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Основной образовательной программы начального общего образования, Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования, Коррекционно-развивающего обучения: Начальные классы (I—IV) **авторы программы:** Р.Д. Тригер, Ю.А.Костенкова, И.Н.Волкова, С.Г.Шевченко

Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы «Ритмика» направлено на обеспечение двигательных потребностей детей, на развитие их моторики, координации движений, ориентировки в пространстве, на улучшение эмоционального состояния. Характерные для детей с ОВЗ особенности нервно – психического развития, поведения и личностных реакций, эмоционально – волевая незрелость хорошо поддаются коррекции на уроках ритмики. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему разностороннему развитию школьников, преодолению отклонений в психическом и физическом развитии.

Место предмета в учебном плане

На изучение предмета в 3-4 классах отводится 2 ч в неделю (64)

Формы организации учебного процесса

- фронтальная работа
- групповая работа
- парная работа
- индивидуальная работа

Виды и формы контроля.

- ежедневное наблюдение
- контрольные уроки
- зачеты.

Требования к результатам освоения основной общеобразовательной программы начального общего образования

Предметные результаты:

- терминология;
- ритмико-гимнастические, общеразвивающие упражнения;
- тренировка суставно-мышечного аппарата;
- азбука танцевальных движений;
- танцевальные композиции.

Метапредметные результаты:

- творческая дисциплина;
- саморегуляция (самоконтроль);
- общее развитие различных частей тела;
- развитие двигательной памяти;
- моторика;

- координация;
- пластика движения;
- умение применять полученные знания, умения, навыки в практической деятельности для решения конкретных задач.

Личностные результаты

- в положительном отношении обучающихся к занятиям музыкально – двигательной деятельностью,
- накоплении необходимых знаний,
- умении использовать ценности танцевальной культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей,
- достижении личностно значимых результатов в музыкальном и физическом совершенстве.
- раскрытие и реализация своих творческих способностей

Содержание программы

4 класс

Основные понятия. Ходьба. Упражнения на развитие координации. Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев. Движения по линии танца. Перестроения для танцев. Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения). Движение на развитие координации. Элементы асимметричной гимнастики. Позиции рук. Основные правила. Позиции ног.

”Красота движений” - компоновка ОРУ. Партерный экзерсис.

Музыкально-ритмические игры. Разминка. “Медленный вальс”. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Упражнения на укрепление мышц брюшного пояса. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Фигурный вальс. Классический экзерсис. Позиции ног, позиции рук. Постановка тела. Танец “Сударушка”. Тесты для определения подвижности голеностопного сустава. Упражнения танца “Ча-ча-ча”. Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов. Позиции ног, рук в паре. Отработка движений. Танец “Ладочки”. Прослушивание кассет. Просмотр видеозаписи народных танцев. Традиции народа в своеобразии движений. Танец “Дружба народов”. Танец “Вальс”. Понятие о сложной координации. Ведение в паре.

Музыкально-ритмический комплект игр “Последний герой”. Закрепление. Танцы “Сударушка”, “Ча-ча-ча”, “Ладочки”, Музыкально-ритмические игры “Переноска мяча”, “Кто раньше?” Танец “Карабас-Барабас”. Тесты на развитие голеностопного сустава. Народная хореография. Танцы разных народов. Музыкально-ритмические игры разных народов “Медведи и пчелы”, “Яблоки”.

Танцевально-ритмические упражнения “Чарльстон”, “Твист”, “Голубец”.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

К концу четвертого года обучения

дети будут знать:

- основные виды музыкальных произведений
- названия танцевальных движений и их использование
- правила исполнения движений в танцевальной группе

дети будут уметь:

- двигаться в соответствии с характером музыки
- выполнять простейшие акробатические упражнения
- передвигаться в танцевальных рисунках
- связывать движения в танцевальные комбинации
- выступать на сцене

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Основные понятия. Ходьба. Упражнения на развитие координации. Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев.	2 ч
2	Движения по линии танца. Перестроения для танцев.	2 ч
3	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения).	2 ч
4	Движение на развитие координации. Элементы асимметричной гимнастики.	2 ч
5	Позиции рук. Основные правила.	2 ч
6	Позиции ног. Основные правила.	2 ч
7	Красота движений” - компоновка ОРУ.	2 ч
8	Закрепление материала.	2 ч
9	Партерный экзерсис.	4ч
10	Музыкально-ритмические игры.	2 ч
11	Разминка. “Медленный вальс”. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	2 ч
12	Упражнения на укрепление мышц брюшного пояса.	2 ч
13	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.	2 ч
14	Фигурный вальс. Классический экзерсис.	2 ч
15	Классический экзерсис. Позиции ног, позиции рук.	2 ч
16	Классический экзерсис. Постановка тела. Танец	2 ч

	“Сударушка”.	
17	Танец “Сударушка”. Тесты для определения подвижности голеностопного сустава.	2 ч
18	Упражнения танца “Ча-ча-ча”. Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов.	2 ч
19	Позиции ног, рук в паре. Отработка движений. Танец “Ладочки”.	2 ч
20	Просмотр видеозаписи народных танцев.	2 ч
21	Традиции народа в своеобразии движений. Танец “Дружба народов”.	2 ч
22	танец “Вальс”. Понятие о сложной координации. Ведение в паре.	2 ч
23	Музыкально-ритмический комплект игр “Последний герой”.	2 ч
24	Закрепление. Танцы “Сударушка”, “Ча-ча-ча”, “Ладочки”	2 ч
25	Музыкально-ритмические игры “Переноска мяча”, “Кто раньше?”	2 ч
26	Танец “Карабас-Барабас”. Тесты на развитие голеностопного сустава.	2 ч
27	Народная хореография. Танцы разных народов.	2 ч
28	Музыкально-ритмические игры разных народов “Медведи и пчелы”, “Яблоки”.	2 ч
29	Танцевально-ритмические упражнения “Чарльстон”, “Твист”, “Голубец”.	2 ч
30	Закрепление.	2 ч
31	Партерный экзерсис	4ч
32	Урок – смотр знаний.	2 ч
	ИТОГО	68 ч