**Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Ритмика» для 4 класса составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования МБОУ Сортовская ООШ в соответствии с содержанием учебной программы В.В. Воронковой (вариант 1).

**Цели образовательно-коррекционной работы**

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном

учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психи­ческого и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Специфические средства воздействия на учащихся, свой­ственные ритмике, способствуют общему развитию млад­ших умственно отсталых школьников, исправлению недо­статков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

 **Общая характеристика учебного предмета**

 Содержанием работы на уроках ритмики является му­зыкально-- ритмическая деятельность детей. Они учатся слу­шать музыку, выполнять под музыку разнообразные движе­ния, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

 Упражнения с предметами: обручами, мячами, шара­ми, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реак­ции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблю­дать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений меша­ют овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоци­ональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер

(веселая, грустная), развивают спо­собность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки поз­воляет разнообразить приемы движений и характер упраж­нений.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности.

Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляс­ки, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки органи­зованных действий, дисциплинированности, учатся вежли­во обращаться друг с другом.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Уп­ражнения на ориентировку впространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музы­кальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцеваль­ные упражнения».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занима­ясь конкретным видом музыкально-ритмической деятель­ности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Од­нако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных на­выков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструмента­ми рекомендуется начинать с подготовительных упраж­нений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепле­ние с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

 Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, го­пак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными дви­жениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, пере­менчивый шаг, присядка и др.). Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях харак­терные особенности танцев разных национальностей.

**Место учебного предмета в учебном плане**

 Тематическое планирование рассчитано на 1 час в неделю, что составляет 34 учебных часа в год. Составлено с учетом программы 4 класса специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида /под ред.В.В. Воронковой. (раздел «Музыка и пение» автор: А.А.Айдарбекова) .- Москва « Просвещение», 2006.

**Основное содержание программы**

**Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в ше­ренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по од­ному. Построение круга из шеренги и из движения врассып­ную. .Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей. скакалок Упражнения с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

**Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающиеупражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упраж­нения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, на­зад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сги­бая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флаж­ки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед со­бой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

***Упражнения на координацию движений.***Движения правой руки вверх — вниз содновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и воз­вращение в исходное положение с одновременным сгиба­нием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднима­ние левой ноги, согнутой в колене, с одновременным под­ниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедле­ние движений в соответствии с изменением темпа музы­кального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

*Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения встороны или перед собой. Раска­чивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхива­ние кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация дви­жения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

**Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в

кулак пальцев одной руки и раз­гибание другой в медленном темпе с постепенным ускоре­нием. Противопоставление первого пальца остальным, про­тивопоставление пальцев одной руки пальцам другой одно­временно и поочередно. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Ис­полнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино.

**Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и ме­лодических изменений в музыке и выражение их в движе­нии. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в дви­жениях игровых образов и содержания песен. Самостоятель­ное создание музыкально-двигательного образа. Музыкаль­ные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопро­вождением. Инсценирование музыкальных сказок и доступных песен.

**Танцевальные упражнения**

Повторение элементов танца разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев. **Танцы и пляски:** Круговой галоп. Венгерская народная мелодия, Кадриль. Русская народная мелодия .Бульба. Белорусская народная мелодия. Узбекский танец. Музыка Р. Глиэра. Грузинский танец «Лезгинка».

**Планируемые результаты**

Программа обеспечивает достижение выпускниками следующих личностных, мета предметных и предметных результатов.

**.Личностные результаты**: Ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; Развитие двигательной активности; Формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала; осознавать роль танца в жизни ; Развитие танцевальных навыков

**Метапредметные** Познавательные определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности; умение ставить и формулировать проблемы; навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера; Регулятивные использование речи для регуляции своего действия; адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок; умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить; **Коммуникативные** В процессе обучения дети учатся: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; обращаться за помощью; предлагать помощь и сотрудничество; слушать собеседника; договариваться и приходить к общему решению; формулировать собственное мнение и позицию; осуществлять взаимный контроль; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

 **Предметные результаты**

**Учащиеся должны уметь:** правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бегав соответствии с характером и построением музыкального отрывка; различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; различать основные характерные движения некоторых народных танцев

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** |
|  | Упражнения на ориентировку в пространстве | 7 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения | 12 |
|  | Игры под музыку | 5 |
|  | Танцевальные упражнения | 10 |
|  | Всего: | 34 |