**Рабочая программа по учебной дисциплине «Ритмика»**

**3, 4 классы**

Автор-составитель:

учитель

Колыванова М.Ю.

Нижний Новгород

2017 – 2018 учебный год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по ритмике для 3, 4 классов составлена на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования и программы специальных (коррекционных) учреждений VIII вида под редакцией В.В.Воронковой.

Преподавание ритмики в специальной (коррекционной) школе-интернате VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития воспитанников с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические свойства воздействия на обучающихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности, эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность воспитанников. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

**Цель обучения:**

Формирование умения ориентироваться в пространстве с выработкой необходимых музыкально-двигательных навыков.

**Задачи обучения:**

- заложить основы музыкально-двигательных навыков;

- научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы;

- продолжить развивать умение находить в движениях характерные особенности танцев разных народов России;

- приобщить детей к народной культуре.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку осуществляется развитие представлений обучающихся о пространстве и формируются умения ориентироваться в нем.

*Упражнения с предметами:* обручами, мячами, шарами, лентами – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

*Упражнения с детскими музыкальными инструментами:* применяются для развития у воспитанников подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движения рук.

*Движения под музыку:* дают возможность воспринимать и оценивать ее характер, развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве;
2. Ритмико-гимнастические упражнения;
3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами;
4. Игры под музыку;
5. Танцевальные упражнения.

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

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

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений (упражнения для пальцев и кистей рук).

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить обучающихся создавать музыкально-двигательный образ.

Задания последнего раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер.

**Виды контроля:**

- индивидуальный показ ритмико-гимнастических упражнений;

- исполнение танцев;

- выполнение творческих заданий;

- исполнение упражнений на детских музыкальных инструментах.

**Основные требования к умениям учащихся**

**3 класс**

**Обучающиеся должны уметь:**

**-** рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;

- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;

- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность;

- передавать хлопками ритмические рисунки мелодии;

- повторять любой ритм, заданный учителем;

- задавать самим ритм и повторять правильность его исполнения.

**4 класс**

**Обучающиеся должны уметь:**

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;

- отмечать в движении ритмические рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движения в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;

- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**Литература:**

1. ВВоронкова В.В. Програма специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1 – 4 классы. М.Просвещение.
2. БЩекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Музыка и движение, М. Просвещение. 2012.
3. БГончаренко И. Музыкальные игры, М. Айрис-пресс. 2010.
4. КБасицына М.А., Бородина И.Г. Коррекционная ритмика. М.ГНОМ и Д. 2010.
5. ККоваленка В.В., Коваленка С.В. Артикуляционная и пальчиковая гимнастика. М. Гном-Пресс. 2012.
6. ККоган М.С. Сказочная игротека. Сибирское университетское издательство. 2012.
7. ЩЩербакова Н.А. От музыка к движению и речи. Упражнения. М. ГНОМ и Д. 2013.

**Календарно-тематическое планирование**

**3 класс**

**I раздел**

**Упражнения на ориентировку в пространстве**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Ходьба в соответствии с ритмической пульсацией.  Чередование ходьбы с приседаниями, со сгибанием колен, на носочках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.  Построение в колонны по три. | Перестроение из одного круга в два, три.  Перестроение в концентрические круги. | Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. | Выполнение более сложных движений с предметами. |

**II раздел**

**Ритмико-гимнастические упражнения**

1. **Общеразвивающие упражнения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Наклоны, повороты и круговые движения головы.  Отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч.  Разведение рук в стороны с напряжением.  Повороты туловища в согласовании с наклонами, повороты туловища в стороны с движениями рук. | Неторопливое приседание с напряжением и разведением коленей в стороны, переменное возвращение в исходное положение.  Поднимание на носках и пружинка. | Круговые движения ступни.  Приседание с одновременным выставлением ноги вперед, в сторону. | Перелезание через палку, сцепленные руки.  Упражнения для осанки. |

1. **Упражнения на координацию движений**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх.  Хлопнуть в ладоши, повернуть в сторону, противоположную взмаху ноги. | Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки.  Упражнение на смежную координацию движений с предметами (флажками, мячами, скакалками). | Одновременное отхлопывание и протопывание несложного ритма в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением под барабан, бубен. | Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание ритмических загадок. |

1. **Упражнения на расслабление мышц**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеч до кончиков пальцев, не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (как бы руки ложатся на мягкую подушку). | Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. | Руки ложатся на мягкую подушку, сбрасывание воды с пальцев, движение листьев во время ветра, уронили руки вниз, поднимаем руки «с гирями» вверх и бросаем вниз «гири» - опускаем руки.. | Закрепление предыдущих упражнений. |

**III раздел**

**Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.  Упражнение для кистей рук с барабанными палочками | Исполнение звукоряда из 5 звуков на пианино руками вместе, поочередно каждой рукой.  Исполнение этого упражнения правой рукой на детском аккордеоне. | Исполнение гаммы на детском пианино и аккордеоне вверх и вниз вместе двумя руками и отдельно с ускорением темпа. | Разучивание несложных мелодий на металлофоне.  Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. |

**IV раздел**

**Танцевальные упражнения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Повторение танцевальных элементов за 2 класс.  Шаг на носках, шаг полькт.  Широкий высокий бег.  Сильные носки, боковой галоп. | Элементы русской пляски: приставные шаги с пружинкой, выставление ноги на пятку, сужение и расширение круга. | Присядка м полуприсядка на месте и с продвижением.  Движение парами: боковой галоп, поскоки. | Совершенствование приобретенных умений и навыков в исполнении танцевальных движений. |

**Календарно-тематическое планирование**

**4 класс**

**I раздел**

**Упражнения на ориентировку в пространстве**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Перестроение в колонну по одному, парами, тройками, четверками.  Построение в шахматном порядке.  Перестроение из колонн в круги, сужение и расширение кругов. | Перестроение из простых и концентрических кругов в звездоски и карусели. | Ходьба по диагонали, змейкой.  Сохранение дистанции друг от друга. | Перестроение с предметами, с сохранением дистанции друг от друга. |

**II раздел**

1. **Общеразвивающие упражнения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны.  Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.  Круговые движения плеч, замедленные с постоянным ускорением темпа движения. | Плавные, быстрые, резкие, медленные движения кистей.  Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. | Круговые движения туловища с разным положением рук.  Всевозможные сочетания движений ног. | Выставление нов вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения.  Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы.  Упражнение на выработку осанки. |

1. **Упражнения на координацию движений**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Сочетание одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. | Выполнение упражнений с постоянным ускорением, с рукой, сменой темпа движений. | Поочередные хлопки над головой, перед собой, справа, слева, на уровне голени. | Сочетание несложных хлопков, притопов с составлением несложных ритмических рисунков. |

1. **Упражнения на расслабление мышц**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Прыжки на двух ногах с мягкими расслабленными коленками и корпусом, висящими руками и опущенной головой (Петрушка). | Упражнение Петрушка, сбрасывание воды с пальцев, «пинаем мяч». | Имитация распускающегося цветка (с позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками, постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам). | Имитация увядающего цветка (те же движения, но в обратном порядке). |

**III раздел**

**Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Разминка кистей и пальцев рук (противопоставление одного пальца остальным), движение кисти и пальцев рук в разном темпе (медленном, среднем, быстром, с ускорением, с замедлением). Играть гамму до-мажор правой рукой. | Разминка кистей и пальцев рук.  Играть гамму на аккордеоне до1 – до2 (правой рукой). | Разминка кистей и пальцев рук.  Отдельно левой рукой играть от до1 – соль, от до 1 – до2. | Кпражнение в передаче на инструментах основного ритма песен и определение по заданному ритму знакомой песни. |

**IV раздел**

**Танцевальные упражнения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Шаг кадрили (3 простах + 1 скользящий носок ноги вытянут). | Пружинящий бег, подскоки с продвижением назад (спиной). | Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. | Закрепление танцевальных движений. |

**V раздел**

**Игры под музыку**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| Упражнение на самостоятельную передачу в движениях ритмического рисунка, акцента темповых и динамических изменений в музыке.  Самостоятельная смена движений в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз. | Упражнение на формирование навыка начинать движение после вступления мелодии. | Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.  Игры с пением и речевым сопровождением. | Инсценировка музыкальных сказок, песен. |