

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 11 с. Волочаевка»

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УР  
 Тишкова Н.А.  
« 10 » августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ СОШ № 11  
 Седова Г.Я.  
Приказ № 189/2  
от « 11 » августа 2021 г.

## **Рабочая программа.**

### **По предмету «Ритмика».**

**Класс-4**

**Уровень:** Адаптированная образовательная программа для детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Сроки реализации:** 2021-2022 учебный год.

**Общее количество часов -34**

**Учитель:** Долгова Светлана Викторовна.

## Пояснительная записка

Рабочая программа по ритмике составлена на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида : 1-4 кл. / Под редакцией В.В. Воронковой.- Москва « Просвещение», 2019

### **Планируемые результаты.**

Программа обеспечивает достижение учениками следующих личностных, метапредметных 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

#### 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;

#### 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

Требования к уровню подготовки обучающихся: 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

## **4 класс** (1 ч в неделю)

### ***Упражнения на ориентировку в пространстве***

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов

в звёздочки и карусели. 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, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

### ***Ритмико-гимнастические упражнения***

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

*Упражнения на координацию движений.* Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

*Упражнения на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

### ***Упражнения с детскими музыкальными инструментами***

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе:

медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

### ***Игры под музыку***

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоко́нтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

«Если нравится тебе, делай так!»

«Птица без гнезда».

«Попрыгунчики-воробушки».

«Да? – Нет?»

«Горка - яма».

«Тревога», «Круг и кружочки».

«Быстро построиться».

«Вправо – влево, бросай!»

«Пустое место».

«Тихо – громко».

Игра в «домики», «Без пары».

### ***Танцевальные упражнения***

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоко́нтрастных частей музыки. Упражнения на

формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### ***Танцы и пляски***

Круговой галоп. Венгерская народная мелодия.

Кадриль. Русская народная мелодия.

Бульба. Белорусская народная мелодия.

Узбекский танец. Музыка Р. Глиэра.

Грузинский танец «Лезгинка».

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся:**

#### **К концу 4-го класса учащиеся должны уметь:**

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- различать двухчастную и трёхчастную форму в музыке;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Чётко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже вовремя весёлой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

--	--

### **Тематическое планирование.**

№	Раздел	Кол-	К.р
---	--------	------	-----

1	Упражнения на ориентировку в пространстве	8	
2	Ритмико-гимнастические упражнения	9	
3	Упражнения с музыкальными инструментами	8	
4	Танцевальные упражнения	8	
5	Итоговая аттестация.		1
Всего:34 ч.			

### Тематическое планирование уроков ритмики в 4 классе

№	Тема урока	Дата.	Примечание
1.	Общеразвивающие упражнения. Перестроение в шахматном порядке.		
2.	Игры с речевым сопровождением. Ходьба и бег.		
3.	Ходьба и бег на носках. Перестроение в колонны по три.		
4.	Круговые движения головы, наклоны.		
5.	Выбрасывание рук вперёд, в стороны.		
6.	Круговые движения плеч. Упражнения на координацию движений.		
7.	Игры под музыку с речевым сопровождением.		
8.	Танец «Кадриль». Изучение танцевальных движений.		
9.	Танец «Кадриль». Изучение танцевальных движений.		
10.	Общие развивающие упражнения.		
11.	Наклоны, повороты, круговые движения головы.		
12.	Прыжки на двух ногах (погремушки).		
13.	Выполнение движений под музыку с постепенным ускорением.		
14.	Упражнение на развитие мышц рук, пальцев.		
15.	Упражнения в передаче ритм хлопками.		
16.	Разучивание танцев к Новому году.		
17.	Упражнения на ориентировку в пространстве.		
18.	Подвижные игры (на усмотрение педагога).		
19.	Повороты туловища в положении сидя, соя.		
20.	Упражнения на развитие координации движений.		
21.	Упражнения на развитие мышц корпуса.		
22.	Упражнения на сохранение правильных дистанций во всех видах построений		
23.	Танцевальные движения: поскоки на месте, с продвижениями вперёд, назад.		
24.	Общеразвивающие и танцевальные упражнения с обручами.		
25.	Поскоки вперёд, назад.		
26.	Движения рук, кистей в различном темпе.		
27.	Элементы русского парного танца «Лезгинка».		

<b>28.</b>	Танцевальные движения танца «Лезгинка».		
<b>29.</b>	Танцевальные элементы парной пляски. Упражнения на развитие пространственной ориентировки.		
<b>30.</b>	Парная пляска. Упражнения ритмопластики.		
<b>31.</b>	Шаг галопа в парах. Танцевальные упражнения с обручами.		
<b>32.</b>	Танец «Круговой галоп».		
<b>33.</b>	Элементы танца «Бульба». Пскоки вперёд, стеной.		
<b>34.</b>	Итоговая аттестация.		

## Итоговая промежуточная аттестационная работа по предмету «Ритмика» 4 класс.

*Форма проведения:*

Тест.

*Временной регламент:* 40 минут.

### Вопрос 1

что такое ритмика?

Варианты ответов

- это выполнение простых танцевальных движений под музыку
- это занятия по народному танцу
- это музыкальное занятие

### Вопрос 2

Можно ли с помощью движений передать настроение?

Варианты ответов

- нет, невозможно передать настроение движениями.
- да можно, ведь ритмика учит детей владеть своим телом, а значит теми или иными движениями показывать свое настроение .
- с помощью движений можно передать только радостное настроение

### Вопрос 3

Для чего нужна ритмика?

Варианты ответов

- для того чтобы развивать ловкость, координацию
- для развития чувства ритма, музыкальности
- развитие выразительности, пластики
- выполнение спортивных нормативов

### Вопрос 4

Что такое ритм?

Варианты ответов

- это изменяющаяся скорость выполнения движений
- это смена громкости звучания музыки
- это упорядоченное чередование звуков, чаще всего разной длительности.

### Вопрос 5

Что такое темп?

Варианты ответов

- громкость музыки
- степень исполнения быстроты чего-либо
- интенсивность выполнения движений

#### Вопрос 6

Назовите самый древний массовый танец-игру, свойственный всем народам.

Варианты ответов

- Вальс
- Лезгинка
- Хоровод

#### Вопрос 7

Как называется "фруктовый" танец матросов?

Варианты ответов

- Яблочко
- Апельсинчик
- Манго

#### Вопрос 8

Фамилия композитора, написавшего музыкальное произведение Вальс цветов?

Варианты ответов

- Бетховен
- Лист
- Чайковский

#### Вопрос 9

Какие музыкальные инструменты относятся к струнным?

Варианты ответов

- Барабан
- Скрипка
- Гитара
- Труба
- Балалайка
- Арфа

#### Вопрос 10

Как называется танцевальный спектакль?

Варианты ответов

- Опера
- Балет
- Пьеса