

## **Музыкально-ритмические занятия (34 часов в год; 1 час в неделю)**

### **Пояснительная записка**

**Статус документа:** Адаптированная образовательная рабочая программа по предмету «Музыкально-ритмические занятия» составлена для учащихся с умственной отсталостью 10 «б» класса на основе Программы обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (автор Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова) Спб.: ЦДК проф.Л.Б. Баряевой.- 2001. И в соответствии с Приказом Минобразования РФ от 10.04.2002 №29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для учащихся, воспитанников с отклонениями в развитии». Программа построена с учетом принципов системности, научности, доступности и составлена с учетом индивидуальных и психофизических особенностей развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, уровня их прежних знаний и умений.

#### **Структура документа**

Рабочая программа включает разделы: пояснительная записка, планируемые личностные результаты, планируемые предметные результаты, планируемые базовые учебные действия, краткий учебный курс, календарно-тематическое планирование учебного курса, формы текущего контроля и промежуточной аттестации, контрольно-измерительные материалы, система оценки предметных результатов, сформированности базовых учебных действий, учебно-методический комплекс.

**Общая характеристика предмета:** Предмет «Музыкально-ритмические занятия» развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения. Танец развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание музыкально-ритмических занятий создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала. А также закладывает основы нравственного поведения, направлен на социализацию личности обучающихся, на коррекцию и развитие моторных умений обучающихся, на формирование эмоционального отношения к творческой деятельности и нравственных позиций поведения.

**Межпредметные связи:** во многих темах можно встретить взаимосвязь с физкультурой, с пением.

**Цель:** укреплять физическое и психическое здоровье детей, научить правильно, красиво двигаться и танцевать, воспитать эстетическое чувство вкуса.

#### **Задачи:**

- Развивать и сохранять здоровье учащихся;
- Развивать выносливость, координированность, танцевальность, чувства ритма и память;
- Развивать эстетический вкус, культуру поведения;
- Развитие танцевальных способностей;
- Воспитание организованности и гармоничности развития личности.
- Расширить объем знаний о различных видах двигательной активности, различных средствах музыкального языка, освоение техники движений в соответствии с характером музыки.

#### **Личностные результаты**

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 3) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 4) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 6) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 7) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### Предметные результаты

1. Уметь эмоционально откликаться на предмет.
2. Уметь выполнять основные подражательные движения.
3. Уметь выполнять основные движения: хлопки, выстукивание, притопы.
4. Уметь слышать и воспроизводить ритмическую основу мелодии.
5. Знать правую и левую часть тела и пространства.
6. Уметь ориентироваться в зале.
7. Уметь управлять своим телом.
8. Знать музыкальные термины: темп музыки — медленно, быстро; характер музыки — весело, быстро. Пантомима, этюд.
9. Знать особенности танцев своего народа.
10. Уметь выполнять сложные танцевальные элементы — ведение в паре.
11. Уметь выполнять основные танцевальные движения — шаг: мягкий, на полупальцах, приставной, галоп.

### Базовые учебные действия

Группы БУД	Перечень учебных действий
Личностные учебные действия	Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями; Самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений; Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; Готовность к безопасному и бережному поведению в обществе.
Коммуникативные учебные действия	Вступать в контакт и работать в коллективе; Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; Обращаться за помощью и принимать помощь; Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту.
Регулятивные учебные действия	Адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения; Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе; Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников.
Познавательные учебные действия	Наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности; Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).

### Краткий учебный курс

№ п/п	Раздел	Количество часов	Содержание краткого учебного курса
1.	Понятие «Ритмика»	8 часов	Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивание, притопы). Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.
2.	Основные танцевальные движения	8 часов	меть выполнять основные подражательные движения. Пластическая гимнастика. Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Синхронность и координация движений, использование танцевальных упражнений. Ритмическая схема. Ритмическая игра «Встречайте гостей».Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. Развитие координации движений. Показать высоту шага и научить равномерно распределить тяжесть корпуса на рабочую ногу. Понятие о рабочей и опорной ноге.
3.	Движение и музыка.	10 часов	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом. Научить основным танцевальным движениям. Танцевальный бег (ходьба на полупальцах)упражнения для профилактики плоскостопия. Научить выполнять различные упражнения на полупальцах. Тройной шаг. Разучить различные комбинации с тройным шагом. Упражнения на ориентацию в пространстве. Разучить различные комбинации с тройным шагом. Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. Танцевальные элементы. Марш. Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре. Русский народный танец «Полька».Ритмические упражнения в различных комбинациях.
4.	Ритмические упражнения.	8 часов	Русский народный танец «Каблучок», «Гармоника».Познакомить с самыми простыми русскими народными танцами. Развитие координации движений. Развитие слухового внимания. Ритмические упражнения «Притопы». Музыкально-ритмическая игра «Угадай откуда звук». Ритмическое упражнение «Перепляс»Гимнастика. Упражнения дыхания. Упражнения развития правильной осанки. Упражнения на расслабление мышц. Научить детей владеть своим телом. Развитие дыхания. Формирование правильной осанки. Развитие координации движений.

№ п/п	Раздел, тема	Вид урока	Кол-во часов	Дата	Виды учебной деятельности	Предметные результаты	БУД	Средства обучения
<b>I четверть (8 часов)</b>								
1.	Понятие «Ритмика», «Танец».	Ознакомление с новым материалом	1		Слушать музыку, двигаться под музыку.	Уметь эмоционально откликаться на предмет. Уметь выполнять основные подражательные движения.	Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями;  Вступать в контакт и работать в коллективе;	Магнитофон, CD.
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Ознакомление с новым материалом	1		Двигаться под музыку.	Уметь выполнять основные подражательные движения.	Адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения;	Магнитофон, CD.
3.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки).	Ознакомление с новым материалом	1		Прохлопывать различные мелодии.	Уметь выполнять основные движения: хлопки, выстукивание, притопы.	Наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;	Магнитофон, CD.
4.	Первый подход к ритмическому исполнению (выстукивание).	Ознакомление с новым материалом	1		Выстукивать различные мелодии.	Уметь выполнять основные движения: хлопки, выстукивание, притопы.	Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).	Магнитофон, CD.
5.	Первый подход к ритмическому исполнению (притопы).	Ознакомление с новым материалом	1		Выполнять притопы различных мелодий.	Уметь выполнять основные движения: хлопки, выстукивание, притопы.	Самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений; Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;	Магнитофон, CD.
6.	Прохлопывание ритмического рисунка	Ознакомление с новым	1		Слушать музыку.	Уметь слышать и воспроизводить		Магнитофон, CD.

7.	прозвучавшей мелодии. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне.	материалом Ознакомление с новым материалом	1		Показывать правую, левую руки, разные стороны.	ритмическую основу мелодии. Знать правую и левую часть тела и пространства.	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников; Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).	Магнитофон, CD.
8.	Повороты и наклоны корпуса.	Ознакомление с новым материалом	1		Показывать правую, левую руки, разные стороны.	Знать правую и левую часть тела и пространства.	Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).	Магнитофон, CD.
<b>II четверть (8 часов)</b>								
9.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	Ознакомление с новым материалом	1		Танцевальным движения в зале.	Уметь ориентироваться в зале. Уметь выполнять основные танцевальные движения.	Самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений; Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;	Магнитофон, CD.
10.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	Ознакомление с новым материалом	1		Шагать .	Уметь управлять своим телом. Уметь выполнять основные подражательные движения.	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;	Магнитофон, CD.
11.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	Ознакомление с новым материалом	1		Танцевать основные движения.	Уметь выполнять основные танцевальные движения.	Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).	Магнитофон, CD.
12.	Ритмическая схема. Ритмическая игра «Встречайте гостей».	Ознакомление с новым материалом	1		Составлять небольшие танцевальные комбинации.	Уметь слышать и воспроизводить ритмическую основу мелодии.		Магнитофон, CD.
13.	Этюдная работа. Игра. Понятие пантомима.	Ознакомление с новым материалом	1		Исполнять пантомиму.	Знать различные музыкальные термины. Уметь выполнять основные	Самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений; Слушать и понимать	Магнитофон, CD.

14.	Синхронность и координация движений, использование танцевальных упражнений.	Ознакомление с новым материалом	1		Выполнять упражнения с флажками, мячами, держать осанку.	Уметь выполнять основные подражательные движения.	инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;  Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;	Магнитофон, CD.
15.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений.	Ознакомление с новым материалом	1		Выполнять упражнения на пластичность.	Уметь выполнять основные подражательные движения.	Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).	Магнитофон, CD, коврики.
16.	Пластическая гимнастика.	Ознакомление с новым материалом	1		Выполнять упражнения на пластичность.	Уметь выполнять основные подражательные движения.		Магнитофон, CD, коврики.
<b>III четверть (10 ч)</b>								
17.	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	Ознакомление с новым материалом	1		Танцевать основные танцевальные движения.	Уметь выполнять основные подражательные движения.	Самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений; Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;	Магнитофон, CD.
18.	Танцевальный бег (ходьба на полупальцах) упражнения для профилактики плоскостопия.	Ознакомление с новым материалом	1		Выполнять различные упражнения на полупальцах.	Уметь выполнять основные подражательные движения.	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;	Магнитофон, CD.
19.	Тройной шаг.	Ознакомление с новым материалом	1		Шагать.	Уметь выполнять основные подражательные движения.	Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).	Магнитофон, CD.
20.	Упражнения на ориентацию в пространстве.	Ознакомление с новым материалом	1		Танцевать комбинации с тройным шагом.	Уметь ориентироваться в пространстве.		Магнитофон, CD.
21.	Танцы народов РФ, их	Ознакомление	1		Смотреть танцы народов	Знать особенности	Самостоятельность в	Магнитофон,

	особенности и костюмы.	ие с новым материалом			РФ.	танцев своего народа..	выполнении учебных заданий, поручений;	CD.
22.	Танцевальные элементы. Марш.	Ознакомление с новым материалом	1		Маршировать танцевально, попадая в такт музыки.	Уметь выполнять основные танцевальные движения.	Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;	Магнитофон, CD, барабан.
23.	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.	Ознакомление с новым материалом	1		Танцевать в паре.	Уметь ориентироваться в пространстве. Уметь выполнять сложные танцевальные элементы.	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;	Магнитофон, CD.
24.	Русский народный танец «Полька».	Ознакомление с новым материалом	2		Ставить ногу на каблук и на носок.	Уметь выполнять основные танцевальные движения.	Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).	Магнитофон, CD.
25.	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	Ознакомление с новым материалом	1		Составить несколько комбинаций.	Уметь слышать и воспроизводить ритмическую основу мелодии.		Магнитофон, CD.
<b>IV четверть (8 часов)</b>								
26.	Русский народный танец «Каблучок», «Гармоника».	Ознакомление с новым материалом	1		Танцевать движения из русских народных танцев.	Уметь выполнять основные танцевальные движения.	Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;	Магнитофон, CD.
27.	Ритмические упражнения «Притопы».	Ознакомление с новым материалом	1		Танцевать ритмические упражнения.	Уметь слышать и воспроизводить ритмическую основу мелодии.	Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и	Магнитофон, CD.
28.	Музыкально-ритмическая игра «Угадай откуда звук».	Ознакомление с новым материалом	1		Слушать музыку.	Уметь слышать и воспроизводить ритмическую основу мелодии.		Магнитофон, CD.

29.	Ритмическое упражнение «Перепляс»	Ознакомление с новым материалом	2		Танцевать ритмические упражнения.	Уметь слышать и воспроизводить ритмическую основу мелодии.	учителем; Активно участвовать в деятельности,	Магнитофон, CD.
30.	Гимнастика. Упражнения дыхания. Упражнения развития правильной осанки.	Ознакомление с новым материалом	2		Танцевать, Держать осанку.	Уметь выполнять основные подражательные движения.	контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;	Магнитофон, CD, коврики.
31.	Упражнения на расслабление мышц.	Ознакомление с новым материалом	1		Выполнять упражнения.	Уметь выполнять основные подражательные движения.	Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (устное высказывание).	Магнитофон, CD, коврики.

### Формы контроля

№ п/п	Дата	Практическая работа	Дата	Обобщающие практические работы
1 четверть				
1		Ритмическое исполнение.		Исполнение основных танцевальных элементов.
2 четверть				
2		Этюдная работа.		Выполнения упражнений на гибкость.
3 четверть				
3		Исполнение танца «Марш». Исполнение русско-народного танца «Полька».		Выполнение ритмических упражнений в различных комбинациях.
4 четверть				
4		Исполнение танца «Каблучок», «Ковырялочка», «Гармошка».		Выполнять упражнения на дыхания.



## Контрольно-измерительные материалы

Практическая работа	Обобщающие практические работы
<p><b>I четверть</b> Ритмическое исполнение. Исполнить любой музыкально-ритмический рисунок прохлопывая в ладоши.</p>	<p><b>I четверть</b> Исполнение основных танцевальных элементов. Показать основные танцевальные элементы — хлопки, выстукивания, притопы.</p>
<p><b>II четверть</b> Этюдная работа. Изобразить движением тела, мимикой лица, какое-либо событие.</p>	<p><b>II четверть</b> Выполнения упражнений на гибкость.</p>
<p><b>III четверть</b> Исполнение танца «Марш». Исполнение русско-народного танца «Полька». Правильно исполнить основные движения танца.</p>	<p><b>III четверть</b> Выполнение ритмических упражнений в различных комбинациях. Исполнить любой музыкально-ритмический рисунок прохлопывая в ладоши.</p>
<p><b>IV четверть</b> Исполнение танца «Каблучок», «Ковырялочка», «Гармошка».. Правильно исполнить основные движения танца.</p>	<p><b>IV четверть</b> Выполнять упражнения на дыхания. Показать серию упражнений на дыхание в положении лежа, и стоя.</p>

Оценка предметных результатов по итогам выполнения практических действий по \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ класс 201\_\_-201\_\_ уч. год

- 1- «выполняет действие самостоятельно»;
- 2- «выполняет действие по инструкции (вербальной или невербальной)»;
- 3- «выполняет действие по образцу»;
- 4- «выполняет действие с частичной физической помощью»;
- 5- «выполняет действие со значительной физической помощью»;
- 6- «действие не выполняет»;

7- «узнает объект»;

8- «не всегда узнает объект»;

9- «не узнает объект»

№ п/п	Имя, фамилия ученика	I полугодие	II полугодие	год
1.				
2.				
3.				

**Оценка сформированности БУД**

\_\_\_\_\_ класс 201\_\_\_\_-201\_\_\_\_ уч.год

Не сформировано - н/сф

Частично сформировано - ч/сф

Сформировано- сф

Неактуально - н/а

№ п/п	Имя, фамилия ученика	Готовность к нахождению и обучению в среде сверстников						Сформированность учебного поведения											
		эмоциональное взаимодействие с группой учащихся			коммуникативное взаимодействие с группой учащихся			направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание)			умение выполнять инструкции педагога			использование по назначению учебных материалов			умение выполнять действия по образцу и по подражанию		
		начал о года	среди на года	конец года	начало года	среди на года	конец года	начал о года	среди на года	конец года	начал о года	среди на года	конец года	начал о года	среди на года	конец года	начал о года	среди на года	конец года
1.																			
2.																			
3.																			
4.																			
5.																			
6.																			
7.																			

Оценка сформированности БУД

\_\_\_\_\_ класс 201\_\_\_\_-201\_\_\_\_ уч.год

Не сформировано - н/сф

Частично сформировано - ч/сф

Сформировано- сф

Неактуально - н/а

№ п/п	Имя, фамилия ученика	Умение выполнять задание									Умение самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действий		
		в течение определенного периода времени			от начала до конца			с заданными качественными параметрами					
		начало года	середин а года	конец года	начало года	середина года	конец года	начало года	середина года	конец года	начало года	середина года	конец года
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													

#### Учебно-методический комплекс

1. Программы обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (автор Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова) Спб.: ЦДК проф.Л.Б. Баряевой.- 2001г.

#### Дополнительная литература.

1. Программа для общеобразовательных учреждений «Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы» под редакцией Е.И. Мошковой. Москва, «Просвещение» -1997г.
2. «Музыка с мамой» - музыкальная программа раннего развития Железновых.