**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА «ВОЗМОЖНОСТЬ» ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ГОРОДА ДУБНЫ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю  Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Смирнова В.А.  Приказ № 53-14-14/01-09 от 30.08.2019 г. |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«РИТМИКА»,

изучаемого на базовом уровне

по адаптированной основной общеобразовательной программе

начального общего образования для обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

4 «Б» класс

Учитель: Крупская Евгения Михайловна

2019-2020 учебный год**Ритмика**

По учебному плану школы на 2019-2020 год на изучение данного предмета «Ритмика» выделено 34 учебных часа в год (1 час в неделю).

**Содержание тем изучаемого курса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Содержание темы** | **Количество часов** |
| I Упражнения на ориентировку в пространстве. | Правильное исходное положение.  Ходьба и бег по ориентирам.  Построение и перестроение.  Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. | 7 |
| II. Ритмико-гимнастические упражнения. | Общеразвивающие упражнения.  Упражнения на координацию движений.  Упражнения на расслабление мышц. | 6 |
| III. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | Упражнения для кистей рук.  Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах.  Игра на музыкальных (детских) инструментах. | 7 |
| IV.Музыкальные игры. | Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки.  Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов).  Музыкальные игры с предметами.  Игры с пением или речевым сопровождением. | 7 |
| V.Танцевальные упражнения. | Знакомство с танцевальными движениями.  Разучивание детских танцев. | 7 |

**Календарно-тематическое планирование к программе**

**по курсу «Ритмика» 4 «Б» класс 34 часа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Планируемые результаты обучения по разделам** | **дата** | | **Примечание** |
| **По плану** | **По факту** |
| 1 | **Iчетверть.** Упражнения на ориентировку в пространстве. Правильное исходное положение. | Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции. Выполнять ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 04.09 |  |  |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег по ориентирам. | Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции. Выполнять ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 11.09 |  |  |
| 3 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения и перестроения. | Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.Двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. | 18.09 |  |  |
| 4 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения и перестроения. | Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.Двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. | 25.09 |  |  |
| 5 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. | Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.Двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. | 02.10 |  |  |
| 6 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. | Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.Двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. | 09.10 |  |  |
| 7 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. | Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.Двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. | 16.10 |  |  |
| 8 | Ритмико-гимнастические упражнения. О.Р.У. | Выполнять упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. | 23.10 |  |  |
| 9 | **IIчетверть.** Ритмико-гимнастические упражнения. О.Р.У. | Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). | 06.11 |  |  |
| 10 | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений. | Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). | 13.11 |  |  |
| 11 | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений. | Выполнять упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. | 20.11 |  |  |
| 12 | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление. | Выполнять наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). | 27.11 |  |  |
| 13 | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление. | Выставлять правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. | 04.12 |  |  |
| 14 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения для кистей рук. | Выполняет поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. | 11.12 |  |  |
| 15 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения для кистей рук. | Выполняет поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. | 18.12 |  |  |
| 16 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах. | Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. | 25.12 |  |  |
| 17 | **IIIчетверть.** О.Т.Б. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах. | Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. | 15.01 |  |  |
| 18 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Игра на музыкальных (детских) инструментах. | Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. | 22.01 |  |  |
| 19 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Игра на музыкальных (детских) инструментах. | Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. | 29.01 |  |  |
| 20 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Игра на музыкальных (детских) инструментах. | Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. | 05.02 |  |  |
| 21 | Музыкальные игры. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. | Различать характер музыки.  Передавать притопами, хлопками и другими движениями резке акценты в музыке. | 12.02 |  |  |
| 22 | Музыкальные игры. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. | Различать характер музыки.  Передавать притопами, хлопками и другими движениями резке акценты в музыке. | 19.02 |  |  |
| 23 | Музыкальные игры. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). | Выразительно и эмоционально передавать в движениях игровые образы  (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). | 26.02 |  |  |
| 24 | Музыкальные игры. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). | Выразительно и эмоционально передавать в движениях игровые образы  (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). | 04.03 |  |  |
| 25 | Музыкальные игры. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). | Исполнять игры с пением и речевым сопровождением. | 11.03 |  |  |
| 26 | Музыкальные игры. Игры с пением или речевым сопровождением. | Исполнять игры с пением и речевым сопровождением. | 18.03 |  |  |
| 27 | **IVчетверть.** Музыкальные игры. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). | Исполнять игры с пением и речевым сопровождением. | 01.04 |  |  |
| 28 | Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. | Исполнять притопы одной ногой и поочередно, выставлять ноги с носка на пятку. | 08.04 |  |  |
| 29 | Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. | Исполнять притопы одной ногой и поочередно, выставлять ноги с носка на пятку. | 15.04 |  |  |
| 30 | Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. | Исполнять притопы одной ногой и поочередно, выставлять ноги с носка на пятку. | 22.04 |  |  |
| 31 | Танцевальные упражнения. Разучивание детских танцев. | Выполнять элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. | 29.04 |  |  |
| 32 | Танцевальные упражнения. Разучивание детских танцев. | Выполнять элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. | 06.05 |  |  |
| 33 | Танцевальные упражнения. Разучивание детских танцев. | Выполнять элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. | 13.05 |  |  |
| 34 | Танцевальные упражнения. Разучивание детских танцев. | Выполнять элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. | 20.05 |  |  |

Согласовано на ГМО

Протокол № 1 от 27.08. 2019г.

Рук. ГМО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бариньяк Ц.А.

Согласовано

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Макарова С.А.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019 г.