

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ
ПРЕДМЕТОВ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО ЦИКЛА № 58 Г. ТОМСКА

Приложение АООП НОО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса
для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.1)

РИТМИКА
(начальное общее образование)
1-4 класс

Составитель:
Дубонос О.А., учитель-логопед
Куколь О.Н., учитель-логопед

г. Томск

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Ритмика» для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (далее – РАС) составлена на основе: Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, от 19 декабря 2014 г. № 1598; адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.1)

Общая характеристика предмета.

«Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана, рассчитан на 34 учебные недели и составляет 1 час в неделю, 34 часа в год (в 1 классе 33 часа в год).

Цели и задачи изучения предмета.

Создание условий для развития навыка движения под музыку, восприятия музыки и речи на слух в естественных условиях на оптимальном расстоянии; формирования самостоятельности, положительных качеств личности и нравственно-этических норм поведения, эстетического воспитания.

Задачи:

- развивать гибкость, пластичность;
- тренировать творческое воображение, навыки самовыражения через движения;
- улучшать координацию движений;
- учить проявлять инициативу, работать с другими детьми (вначале с помощью учителя или тьютора);
- развивать и совершенствовать коммуникативные навыки;
- учить чувствовать мелодию, развивать музыкальный слух и слуховое восприятие;
- формировать уверенность в себе
- расширять кругозор, эстетическое развитие, нравственное развитие

Содержание коррекционного курса «Ритмика»

Содержание программы предполагает включение упражнений на ориентировку в пространстве, совершенствование навыков ходьбы, построения, что крайне актуально для обучающихся с РАС. Большое внимание уделяется ритмико – гимнастическим упражнениям, включающим наклоны, повороты, упражнениям на развитие осанки и координацию движений.

Обучение восприятию музыки как составной части других видов деятельности — музыкально-ритмических движений, игры на элементарных инструментах, декламации песен под музыку предполагает развитие у учащихся в процессе формирования исполнительских навыков постоянного целенаправленного вслушивания в музыкальное сопровождение. Музыкальный материал, используемый на занятиях, должен быть художественным, соответствовать возрасту и интересам учащихся, возможностям восприятия ими музыки в данный период обучения, принципам педагогической целесообразности и воспитывающего обучения.

Ученики сначала различают и узнают пьесы в условиях, когда видят и слышат исполнение музыки учителем, затем только на слух (восприятие музыкального инструмента и исполнения учителем музыки исключается, например дети встают спиной к пианино). В процессе работы учащиеся воспринимают музыку в записи.

Учащиеся также учатся дирижировать, исполнять ритмический рисунок мелодии руками, моделировать движениями высотные соотношения звуков.

Обучение декламации песен под музыку способствует совершенствованию произносительных навыков школьников, развитию у них способности проникновения в эмоциональное содержание песни, выразительного коллективного ее исполнения. Дети обучаются эмоциональной, внятной и выразительной декламации песен под аккомпанемент,

точному воспроизведению ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.).

Репертуар включает народные и современные детские песни, которые должны быть художественными, соответствовать возрасту детей, их интересам и произносительным возможностям.

На занятиях дети овладевают игрой на элементарных музыкальных инструментах (металлофоне, бубне, ксилофоне, барабане, румбах, маракасах, треугольниках, тарелках и т. д.), учатся исполнять в ансамбле ритмический аккомпанемент к музыкальной пьесе или песне.

В процессе обучения реализуется дифференцированный подход к учащимся, учитывающий индивидуальные особенности детей с РАС.

На занятиях педагог использует инсценирование музыкальных сказок (или наиболее ярких фрагментов из них), соответствующих особенностям обучающихся, их интересам.

1 КЛАСС

Упражнения на ориентировку в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц Имитация отряхивания воды с пальцев.

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

Игры под музыку

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание —

тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком). Притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

2 КЛАСС

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 в рассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

Ритмико – гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. 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 поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление левой и правой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в коленях ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движение правой руки вверх – вниз с одновременным 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 поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т.д.).

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны 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. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий).

Упражнения на самостоятельное различие темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражении их в движении. 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 доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. «Музыкальная игра под русскую песню», «Танцевальная комбинация на расслабление мышц», «Третий лишний», «Карусель», «Приглашение», «Кот и мыши», «Приглашение».

Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, лёгкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг, руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.

Танцы и пляски. Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмель». Парная пляска. Чешская народная мелодия. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

3 КЛАСС

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой – на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

Ритмико – гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Неторопливые приседания с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Упражнения с музыкальными инструментами. Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений «пружиннее», плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Карусель». «Третий лишний». «Приглашение!». «Пляска с гостями». «Ладушки». «Кто первый». «Танцевальная эстафета». «День и ночь». «Ритмическая эстафета».

Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Элементы украинского танца: «бегунец», «верёвочка»

Танцы и пляски. Русская хороводная пляска. «Попрыгунчики». Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса. Танец с хлопками. Карельская народная мелодия. Парная пляска. Чешская народная мелодия.

4 КЛАСС

Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в круги. Перестроение из кругов в звездочки и карусели. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы. Упражнения под музыку. Самостоятельное составление ритмических рисунков. Сочетание хлопков и притопов с предметами. Упражнения на расслабление мышц Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя. Координация движений, регулируемых музыкой Упражнения на детском пианино. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.

Игры под музыку Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения Галоп. Элементы русской пляски. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бег Поскоки с продвижением. Элементы народных танцев.

Содержание разделов

Планируемые результаты изучения курса

Освоение обучающимися рабочей программы, предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных.

Личностные результаты

– Сформированности мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.

– Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.

– Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметными результатами освоения курса «Ритмика» является формирование регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий, обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями (составляющими основу умения учиться), с учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с РАС.

Регулятивные результаты:

– умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

– учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

– планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

– самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные результаты

Обучающиеся должны уметь:

– понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

– организованно строиться (быстро, точно);

– сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

– самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

– соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

– правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

Коммуникативные результаты:

– учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

– формулировать собственное мнение и позицию;

– договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

– умение координировать свои усилия с усилиями других.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

– развитие художественного вкуса, устойчивого интереса к музыкально-ритмическому искусству и различным видам (или какому-либо виду) творческой деятельности;

– развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов искусств, размышлять о музыке и танцевальном искусстве как способе выражения духовных переживаний человека;

– общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства;

– представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, региональной самобытности музыкального и танцевального искусства разных народов.

2 КЛАСС

Обучающийся научится:

- выполнять упражнения по инструкции учителя;
- соблюдать правила индивидуальной, групповой, коллективной деятельности на уроке;
- формирование и развитие навыков самоконтроля, соблюдения правил безопасности при выполнении танцевальных упражнений;
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

3 КЛАСС

Обучающийся научится:

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- сохранять интервалы при движении в колонне парами;
- выполнять повороты по ориентирам, построения по словесной инструкции;
- начинать движение по музыкальному сигналу;
- выделять сильную долю музыки, отстукивать ритмический рисунок;
- самостоятельно передавать темповые и динамические изменения в музыке движениями.

4 КЛАСС

- Положительное отношение к музыкально-ритмическим занятиям.
- Развитие восприятия музыки, интереса и внимания к музыкальному звучанию.
- Развитие правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку (основных, элементарных гимнастических и танцевальных), умений выполнять построения и перестроения, исполнять под музыку несложные композиции народных, бальных и современных танцев, импровизировать движения под музыку.
- Умения эмоционально, выразительно и ритмично исполнять музыкальные пьесы на элементарных музыкальных инструментах в ансамбле под аккомпанемент учителя.
- Развитие у обучающихся стремления и умений применять приобретенный опыт в музыкально-ритмической деятельности во внеурочное время, в том числе при реализации совместных проектов со сверстниками.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

Тема урока	Программное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
------------	------------------------	--

<p>Инструктаж по ОТ и ТБ. Что такое «Ритмика». Основные понятия 1 ч.</p>	<p>Знакомство обучающихся с танцевальным залом, правилами поведения на уроках и техникой безопасности во время проведения занятий.</p>	<p>Ориентируются в танцевальном зале. Знакомятся с правилами поведения на уроках ритмики. Называют и показывают условные обозначения</p>
<p>Упражнения на ориентировку в пространстве 5 ч</p>	<p>Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка. Построение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.</p>	<p>Знакомство с правилами входа. Построение с соблюдением интервала в танцевальном зале. Формирование пространственных представлений через движения вперед – назад, вправо-влево (шаг вперед, два назад, шаг вправо, два влево)</p>
<p>Ритмико–гимнастические упражнения 12 ч</p> <p>Упражнения на координацию движений Упражнение на расслабление мышц</p>	<p>Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.</p> <p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение</p> <p>Наклоны и повороты туловища</p> <p>Приседания</p> <p>Сгибание и</p>	<p>Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»)</p> <p>Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты)</p> <p>Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку)</p> <p>Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч)</p> <p>Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы</p>

	разгибание ног	Упражнения на выработку осанки
	Упражнения на выработку осанки	<p>Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх</p> <p>Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д.</p> <p>Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом</p> <p>Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков</p> <p><u>Имитация отряхивания воды с пальцев</u> <u>Свободное круговое движение рук</u> <u>Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник)</u></p>
<p>Упражнения музыкальными инструментами</p> <p>5 часов</p>	«Пляска с погремушками», музыка и слова В. Антоновой. Отстукивание ровными долями с помощью погремушки	<p>Сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.</p> <p>Движение кистей рук в разных направлениях.</p> <p>Поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.</p> <p>Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке.</p> <p>Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук.</p> <p>Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них.</p> <p>Упражнения для пальцев рук на детском пианино.</p> <p>Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе</p>
<p>Игры под музыку</p> <p>5 часов</p>	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки	<p>Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий).</p> <p>Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий танцевальный бег сменяется стремительным спортивным; легкое подпрыгивание – тяжелым и т.д.).</p>

		<p>Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах (повадки зверей и птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.</p> <p>Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.</p> <p>Музыкальные игры с предметами.</p> <p>Игры с пением или речевым сопровождением.</p>
<p>Танцевальные упражнения</p> <p>6 часов</p>	<p>Знакомство с танцевальными движениями.</p>	<p>Знакомство с танцевальными движениями.</p> <p>Бодрый, спокойный, топающий шаг.</p> <p>Бег легкий, на полупальцах.</p> <p>Подпрыгивание на двух ногах.</p> <p>Прямой галоп.</p> <p>Маховые движения рук.</p> <p>Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек – движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.</p> <p>Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.</p> <p>Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.</p>
<p>Итого: 33 часа</p>		

2 КЛАСС

Тема урока	Программное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
<p>Упражнения на ориентировку в пространстве</p> <p>Игры под музыку.</p> <p>3 часа</p>	<p>Совершенствование навыков ходьбы и бега.</p> <p>Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.</p> <p>Танцевальная комбинация на расслабление мышц</p>	<p>Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала.</p> <p>Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки; динамикой (громко, умеренно, тихо); регистрами (высокий, средний, низкий).</p> <p>«Музыкальная игра под русскую песню».</p> <p>Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.</p> <p>Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.</p> <p>Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.</p>

<p>Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. 3 часа</p>	<p>Общеразвивающие упражнения.</p>	<p>Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Повторение элементов танца по программе для 1 класса.</p> <p>Упражнения на координацию движений. Движение правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Тихая настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.</p>
<p>Танец: «Русская хороводная пляска». 3 часа</p>	<p>Танец: «Русская хороводная пляска».</p>	<p>Танец: «Русская хороводная пляска». Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».</p>
<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. 2 часа</p>	<p>Игры под музыку.</p>	<p>Построение в колонну по два. Игры с пением и речевым сопровождением. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Музыкальные игры с предметами. «Третий лишний».</p>
<p>Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. 2 часа</p>	<p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Упражнения на координацию движений</p>	<p>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. Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Пскоки с ноги на ногу, лёгкие пскоки.</p> <p>Движение правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд.</p>
<p>Упражнения с музыкальными</p>	<p>Знакомство со способами</p>	<p>Круговые движения кистью (напряжённое и свободное). Одновременное сгибание в кулак</p>

	<p>Элементы русской пляски</p> <p>Упражнения на расслабление мышц</p>	<p>Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг, руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).</p> <p>Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол). Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг, руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).</p>
<p>Упражнения с музыкальными инструментами. 1 час</p>	<p>Упражнения с музыкальными инструментами</p>	<p>Исполнение несложных ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.</p>
<p>Танец: «Зеркало». 3 часа</p>	<p>Танец: «Зеркало».</p>	<p>Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмель».</p>
<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. 2 часа</p>	<p>Игры под музыку.</p>	<p>Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. «Кот и мыши».</p>
<p>Ритмико-гимнастические упражнения. 2 часа</p>	<p>Танцевальные упражнения.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Упражнения на выработку осанки.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.</p> <p>Упражнения на координацию движений.</p> <p>Разнообразные перекрёстные 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</p>

		опусканием правой руки и т.д.). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.
Упражнения с музыкальными инструментами. 1 час	Игра на барабане	Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.
Танец: «Парная пляска». 3 часа	Парная пляска	Парная пляска. Чешская народная мелодия.
Итого 34 часа		

3 КЛАСС

Тема урока	Программное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
Упражнения на ориентировку в пространстве (2 часа)	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Карусель».	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Третий лишний».
Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. 3 часа	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений Упражнения на расслабление мышц.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повторение элементов танца по программе 2 класса. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Шаг на носках, шаг польки. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам,

		<p>кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку).</p> <p>Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп.</p>
<p>Танец: «Русская хороводная пляска».</p> <p>«Попрыгунчики».</p> <p>4 часа</p>	Разучивание танцев	Танец: «Русская хороводная пляска».
<p>Упражнения на ориентировку в пространстве.</p> <p>2 часа</p>	Игры под музыку.	<p>Построение в колонны по три.</p> <p>Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.</p> <p>«Приглашение!».</p> <p>Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой – на шаг назад.</p> <p>Подвижные игры с пением и речевым сопровождением: «Пляска с гостями».</p>
<p>Ритмико-гимнастические упражнения.</p> <p>Танцевальные упражнения.</p> <p>2 часа</p>	<p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Упражнения на координацию движений.</p>	<p>Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук.</p> <p>Неторопливые приседания с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение.</p> <p>Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку).</p> <p>Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.</p> <p>Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками).</p> <p>Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и</p>

		полуприсядка на месте и с продвижением.
Упражнения с музыкальными инструментами. 1 час	Исполнение различных ритмов на барабане и бубне	Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками..
Танец: «Дружные тройки. Полька». 2 часа	Разучивание танца	Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса.
Упражнения на ориентировку в пространстве. 3 часа	Игры под музыку.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Ладушки». Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Кто первый». Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Танцевальная эстафета».
Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. 3 часа	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.	Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед, в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Движения парами: боковой галоп, поскоки Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Движения парами: боковой галоп, поскоки. Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

		Движения парами: боковой галоп, поскоки.
Упражнения с музыкальными инструментами. 1 час	Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.	Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками.
Танец: «Танец с хлопками». 3 часа	Танец с хлопками.	Карельская народная мелодия.
Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку. 2 часа	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «День и ночь». «Ритмическая эстафета».
Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. 2 часа	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений	Упражнения на выработку осанки. Упражнения на расслабление мышц. Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Элементы украинского танца: «бегунец», «верёвочка» Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Элементы украинского танца: «бегунец», «верёвочка».
Упражнения с музыкальными инструментами. 1 час	Упражнения с барабанными палочками	Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками
Танец: «Парная пляска». 3 часа	Парная пляска.	Чешская народная мелодия
Итого 34 часа		

4 КЛАСС

Темы уроков	Программное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
Упражнения на ориентировку в пространстве. 1 ч	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Перестроиться из колонны по одному в колонну по четыре. Правильное исходное положение. Ходьба разным шагом.

Ритмико-гимнастические упражнения. 2 ч	Ритмико-гимнастические упражнения.	Музыкально-ритмические навыки: учить реагировать на начало и конец музыки, двигаться в соответствии с ее контрастным характером (спокойной, плясовой). Круговые движения головы (с акцентом). Движения кистями рук. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы.
Упражнения с детскими музыкальными инструментами. 2 ч	Игры под музыку.	Передача в движениях частей музыкального произведения. Упражнения на передачу ритмических рисунков темповых и динамических изменений в музыке.
Танцевальные упражнения. 2 ч	Повторение элементов танцев по программе 3 класс	. Упражнения на различение элементов народных танцев. Хороводы. Танцевальный элемент «присядка».
Упражнения на ориентировку в пространстве. 1 ч	Упражнения на ориентирование в пространстве	. Перестроение из колонн в круги.
Ритмико-гимнастические упражнения. 2 ч	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.	Круговые движения плеч Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Выбрасывать руки вперед, в стороны, вверх.
Упражнения с детскими музыкальными инструментами. 2 ч	Игры под музыку.	Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Игры под музыку. Прохлопывание ритмичного рисунка прозвучавшей мелодии. Упражнение с барабанными палочками.
Танцевальные упражнения. 2 ч	Танцы и пляски.	Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы хороводного танца.
Упражнения на ориентировку в пространстве. 2 ч	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Музыкально-ритмические навыки: учить детей ходить в умеренном темпе, освоение ходьбы разными способами с опорой на образ. Перестроение из одного круга в концентрические круги. Навыки выразительного движения: продолжать воспитывать эстетическое отношение к исполнению танцевального движения, побуждать к пластической выразительности знакомых персонажей.

Ритмико-гимнастические упражнения. 2 ч	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений.	Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы.
Упражнения с детскими музыкальными инструментами. 2 ч	Игры под музыку.	Побуждать детей принимать активное участие в коллективных подвижных играх, выполнять простые правила игры. Игра на музыкальных шумовых инструментах. Отстукивание сильной доли в двухдольном размере. Формировать восприятие динамики звучания: тихо – громко. Выразительная и эмоциональная передача игровых образов.
Танцевальные упражнения. 1 ч	Танцевальные упражнения.	Движения парами: боковой галоп, поскоки.
Упражнения на ориентировку в пространстве. 2 ч	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную
Ритмико-гимнастические упражнения. 2 ч	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц.	Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед.
Игры под музыку. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. 2 ч	Игра на музыкальных шумовых инструментах.	Отстукивание сильной доли в двухдольном размере. Формировать чувство темпа в музыке: быстро-медленно. Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей.
Танцевальные упражнения. 1 ч	Танцевальные упражнения.	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Круговой галоп.
Упражнения на ориентировку в пространстве. 2 ч	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения
Ритмико-гимнастические упражнения. 2 ч	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.	Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки. Сочетание хлопков и притопов с предметами.
Игры под музыку. Упражнения с	Игры под музыку	. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Передача основного ритма знакомой

детскими музыкальными инструментами. 2 ч		песни. Упражнения на металлофоне, маракасах и др.
Танцевальные упражнения. 2 ч	Выполнение основных движений народных танцев.	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Двигаться парами по кругу лицом, боком.
Итого: 34 часа		

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Материально-техническое обеспечение начального школьного образования детей с РАС должно отвечать не только общим, но их особым образовательным потребностям, поэтому для успешной реализации программы необходимо выполнить следующие требования:

Помещение

- Актовый зал

Мебель

- Шкафы
- Стулья большие, маленькие
- Банкетки
- Стол письменный

Оборудование

- Компьютер
- Звуковоспроизводящая аппаратура
- Мультимедиа оборудование
- Музыкальный центр
- Электрическое пианино
- Фортепиано

Оснащение

- Фонотека
- Комплект детских музыкальных инструментов
- Вспомогательные аксессуары
- Ленты, обручи, флажки
- Нотная литература
- Методическая литература
- Ширма