

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Викуловская средняя общеобразовательная школа №1»
отделение Викуловская специальная (коррекционная) школа

Рассмотрено
на заседании ШМО
учителей начальных
классов
протокол № 1
от 27.08.2020 г
Руководитель ШМО

Е.В. Мещеряков

Согласовано
на заседании методического
совета
протокол № 1
от 28.08.2020г.
Зам. директора по УВР

Токатов

Утверждено
приказом директора
школы
от 31.08.2020
№ 176/7-ОД



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ритмике 2 класс
Кривых Светланы Викторовны,
учителя физкультуры
на 2020 - 2021 учебный год

Программа разработана на основе
примерной адаптированной основной
общеобразовательной программы
образования обучающихся с
умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
Москва, «Просвещение» 2017г

с. Викулово
2020 год

Планируемые результаты

Первый уровень результатов — приобретение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) социальных знаний (о Родине, о ближайшем окружении и о себе, об общественных нормах, устройстве общества, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, общеобразовательной организации, т. е. в защищённой, дружественной просоциальной среде, в которой обучающийся получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) начального опыта самостоятельного общественного действия, формирование социально приемлемых моделей поведения. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных социальных субъектов за пределами общеобразовательной организации, в открытой общественной среде.

Достижение трех уровней результатов внеурочной деятельности увеличивает вероятность появления *эффектов* воспитания и социализации обучающихся. У обучающихся могут быть сформированы коммуникативная, этическая, социальная, гражданская компетентности и социокультурная идентичность.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным, а сроки перехода могут варьироваться в зависимости от индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

По каждому из направлений внеурочной деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) могут быть достигнуты определенные воспитательные результаты.

Основные личностные результаты внеурочной деятельности:

— ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;

- ценностное отношение к труду и творчеству, человеку труда, трудовым достижениям России и человечества, трудолюбие;
- осознание себя как члена общества, гражданина Российской Федерации, жителя конкретного региона;
- элементарные представления об эстетических и художественных ценностях отечественной культуры.
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее охраны;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов;
- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности;
- готовность к реализации дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями;
- понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;
- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;
- развитие представлений об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;
- расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; принятие и освоение различных социальных ролей;
- принятие и освоение различных социальных ролей, умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;
- владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, нормах социального взаимодействия;
- способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты;
- мотивация к самореализации в социальном творчестве, познавательной и практической, общественно полезной деятельности.

Содержание учебного предмета

1 раздел: Упражнения на ориентировку в пространстве: 7 часов.

Ходьба; чередование ходьбы с приседанием. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами.

Учащиеся 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

2 раздел: Ритмико- гимнастические упражнения: 8 часов.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. 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.). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Учащиеся должны уметь:

выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

3 раздел: Упражнения с детскими музыкальными инструментами:

5 часов.

Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

Учащиеся должны уметь:

ощущать смену частей музыкального произведения; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

4 раздел: Игры под музыку: 7 часов.

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. 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 развернутого сюжета музыкального рассказа. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

Учащиеся должны уметь:

легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения

5 Раздел Танцевальные упражнения: 7 часов.

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. Основные движения народных танцев.

Танцы и пляски

Дружные тройки. Полька.

Пляска «Чеботуха». Танец с хлопками.

Учащиеся должны уметь:

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

**Тематическое планирование
Ритмика 2 класс**

№ п п	тема	количество часов
1.	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Разведение рук в стороны, раскачивание перед собой. ОРУ без предмета. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Игра «Попрыгунчики воробушки».	1
2 .	Ходьба и бег в колонне. ОРУ без предмета. Одновременное сгибание и разгибание Пальцев в кулак, в медленном темпе. Имитационные упражнения. Бодрый, спокойный шаг. Игра «Салки», «Уголки».	1
3.	Построение в шеренгу. Выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!». ОРУ с флажками. Выполнение имитационных упражнений. Игра «Гуси- лебеди», «У медведя во бору»	1
4.	Ходьба и бег вдоль стен с четкими поворотами в углах. ОРУ с флажками. Наклоны и повороты головы вперед, назад. Упражнения на координацию. Высокий шаг. Игра «Караси и щука», «Пустое место».	1
5.	Ходьба и бег. Построение в шеренгу. Выполнение команд. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Ритмический рисунок в погремушку. Высокий шаг. Игра «Через кочки и пенечки».	1
6 - 7	Построение в шеренгу. Ходьба с левой ноги. Ритмическая ходьба с коллективным подсчетом. ОРУ с флажками.	2

	Работа над ритмическим рисунком в погремушку «На болоте стоит пень...» Игра «Лиса и куры»	
8	Бег в чередовании с ходьбой. Построение в цепочку и колонну. Наклоны и повороты туловища. Проговаривание потешки. См. ур.5. Выполнение ритмических рисунков по заданию учителя. Повторение изученных игр.	1
9-10	Строевая подготовка. Построение в цепочку и круг. ОРУ с лентами. Разучивание песенки «цыпляток». Игра «Охотники и утки»	2
11	Повторение изученных строевых приёмов. Ходьба с коллективным подсчетом. ОРУ с гимнастическими палками. Танцевальная комбинация. Танец «Росинки». Игра «Мяч соседу».	1
12	Повторение изученных строевых приемов. Ходьба широким свободным шагом с сохранением осанки. ОРУ с гимнастическими палками. Ритмические рисунки по заданию. Танец «Росинки». Игра «Мяч соседу».	1
13-14	Построение в колонну по два из колонны по одному. Упражнения на равновесие. Исполнение несложных ритмических рисунков. Пляска «Полянка», Игра «Попади в мяч».	1
15 -16	Строевая подготовка. (см .урок 14). ОРУ без предмета. Имитационные упражнения. Пляска «Полянка». Исполнение ритмических рисунков. Игра «Метко в цель».	2

17	<p>Построение круга из шеренги. Ходьба под музыку. Стремительный танцевальный бег. Исполнение ритмических рисунков ;проговаривание потешки. Игра «У медведя во бору».</p>	1
18-19	<p>Строевая подготовка. Упражнения на координацию. ОРУ на расслабление мышц. Проговаривание считалки. Выполнение ритмических рисунков. Танец с хлопками.</p>	2
20 -21	<p>Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий. ОРУ с лентой. Проговаривание считалки – урок 19. Разучивание распевки «Песенка простая».</p>	2
22	<p>Выполнение команд. Повороты на месте Построение круга ранее изученным способом. ОРУ без предмета. Распевка «До, ре, ми, фа, соль, ля, си». «Песенка простая». Шаг с притопом на месте и с продвижением. Игра «Гонка мячей по кругу».</p>	1
23	<p>Строевые приемы. ОРУ без предмета. Распевка в пределах 5 нот. Танцевальная комбинация. Игра «У медведя во бору».</p>	1
24- 25	<p>Имитационные упражнения во время ходьбы и бега. Шаг с поскоками, переменный шаг. ОРУ с гимнастическими палками. Распевка «Про Кирюшу». Игра «Бег за флажками», «Кто быстрее».</p>	2
26	<p>Строевая подготовка. Имитационные упражнения. Распевка «Про Кирюшу» и отстукивание ритма в погремушку. Танцевальная комбинация. Игры – эстафеты. Игры с метанием и ловлей.</p>	1

27- 28- 29	Упражнения с предметами: обегать, собирать, передавать друг другу. Упражнения на координацию. Игры с пением. Пляска «Матрешки». Игра «Охотники и утки».	3
30	Строевая подготовка. ОРУ на координацию. Повторить распевки: «песенка простая», «про Кирюшу». Игра «Салки», «Карусели».	1
31	Строевая подготовка. Танцевальная комбинация. ОРУ с лентами. Движение парами, ходьба с приседанием. Игра «Волк во рву».	1
32-33-34	Строевая подготовка. Танцевальная комбинация. Игры с речевым сопровождением. Подвижные игры на свежем воздухе. «Кошка и мышки», «быстро по местам»	1