

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики  
«Новомултанская школа-интернат»

Рассмотрена на заседании ШМО  
учителей старших классов  
протокол № 1  
от «27» августа 2024г.

Утверждаю  
Директор  
 Л.А.Бушкова  
приказ № 63  
от «29» августа 2024г.



Принята на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1  
от «29» августа 2024г.

**Рабочая программа**  
по ритмике

**6 класс**

Составитель:  
учитель первой  
квалификационной категории  
Степанов С.С.

с. Новый Мултан  
2024 год



### **Пояснительная записка**

Рабочая программа предмета «Ритмика» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы ГКОУ УР «Новомултанская школа-интернат».

**Цель:** развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

#### **Задачи:**

- укрепление здоровья, формирование правильной осанки;
- развивать координацию движений, чувство ритма, темпа;
- воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Рабочая программа по ритмике состоит из следующих разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Игры под музыку.
4. Танцевальные упражнения.

### **Место предмета в учебном плане**

На изучение программного материала в 6 классе по учебному плану выделено 1 час в неделю, 34 часа в год.

### **Содержание учебного предмета**

**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. Упражнения с предметами.

**Ритмико-гимнастические упражнения:** Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.

**Игры под музыку:** Игры с пением и речевым сопровождением. Игры под музыку.

**Танцевальные упражнения:** Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий на полупальцах. Пружинящий бег. Подпрыгивание на двух ногах. Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Прямой галоп. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, хлопками.

### **Личностные, предметные результаты освоения предмета**

#### **Личностные учебные действия:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управления своими эмоциями в различных ситуациях;
- оказание помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

#### **Коммуникативные БУД:**

- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

#### **Познавательные БУД:**

- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в организации собственного досуга;
- анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное и урочное время под руководством учителя и самостоятельно.

### **Регулятивные БУД:**

- выполнять задания, оценивать результаты своей деятельности;
- воспринимать мнение сверстников и взрослых;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении.

### **Предметные учебные действия:**

- развитие художественного вкуса, устойчивого интереса к музыкально-ритмической деятельности;
- общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии.

### **Минимальный уровень:**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю, 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, двигаться 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;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

### **Достаточный уровень:**

- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг.

## **Тематическое планирование**

<b>№</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	6
2.	Ритмико-гимнастические упражнения.	9
3.	Игры под музыку.	5
4.	Танцевальные упражнения.	14
	Всего:	34

## **Календарно-тематическое планирование**

<b>№</b>	<b>Дата</b>	<b>Раздел, тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>			
1		Правильное исходное положение.	1
2		Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.	1
3		Перестроение в круг из шеренги, цепочки.	1
4		Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	1

5		Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>			
6,7, 8,9		Общеразвивающие упражнения.	4
<b>Танцевальные упражнения</b>			
10, 11, 12		Бодрый, спокойный, топающий шаг.	3
<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>			
13		Упражнения с предметами.	1
<b>Игры под музыку</b>			
14, 15		Игры с пением и речевым сопровождением.	2
<b>Танцевальные упражнения</b>			
16, 17		Бег легкий на полупальцах.	2
18		Пружинящий бег.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>			
19, 20, 21		Упражнения на координацию движений.	3
<b>Игры под музыку</b>			
22, 23		Игры под музыку.	2
<b>Танцевальные упражнения</b>			
24		Подпрыгивание на двух ногах.	1
25		Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>			
26, 27		Упражнения на расслабление мышц.	2
<b>Игры под музыку</b>			
28		Игры под музыку.	1
<b>Танцевальные упражнения</b>			
29, 30		Прямой галоп.	2
31, 32		Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.	2
33, 34		Хороводы в кругу, пляски с притопами, хлопками.	2