

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

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

Утверждаю
Директор

И.А. Бушкова
приказ № 63
от «29» августа 2024г.



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

Рабочая программа
по ритмике

9 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:

- учить выполнять под музыку различные движений;
- 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 9 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 разным шагом. 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. Выполнение движений 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. Шаг на носках. Шаг полки. Пружинящий бег. Подпрыгивание на двух ногах. Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Прямой галоп. Движения парами: боковой галоп, поскоки. 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:

- уметь согласовывать с музыкой движения;
- ориентироваться в пространстве.

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;
- соотносить темп движений.

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

№	Наименование раздела	Кол-во часов
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

№	Дата	Раздел, тема урока	Кол-во часов
Упражнения на ориентировку в пространстве			
1		Правильное исходное положение.	1
2		Ходьба и бег разным шагом.	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
Ритмико-гимнастические упражнения			
6,7, 8,9		Общеразвивающие упражнения.	4

Танцевальные упражнения			
10, 11, 12		Бодрый, спокойный, топающий шаг.	3
Упражнения на ориентировку в пространстве			
13		Выполнение движений с предметами.	1
Игры под музыку			
14, 15		Игры с пением и речевым сопровождением.	2
Танцевальные упражнения			
16, 17		Шаг на носках. Шаг польки.	2
18		Пружинящий бег.	1
Ритмико-гимнастические упражнения			
19, 20, 21		Упражнения на координацию движений.	3
Игры под музыку			
22, 23		Игры под музыку.	2
Танцевальные упражнения			
24		Подпрыгивание на двух ногах.	1
25		Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.	1
Ритмико-гимнастические упражнения			
26, 27		Упражнения на расслабление мышц.	2
Игры под музыку			
28		Игры под музыку.	1
Танцевальные упражнения			
29, 30		Прямой галоп.	2
31, 32		Движения парами: боковой галоп, поскоки.	2
33, 34		Хороводы в кругу, пляски с притопами, хлопками.	2