

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

7 класс

Составитель:
учитель первой
квалификационной категории
Скобелев В. Ю.

с. Новый Мултан
2024 год

Пояснительная записка

Программа «Ритмика» предназначена для учащихся 7 класса с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) 1 вариант УП и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2013 №273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ №1599 от 19 декабря 2014г.;
- Примерная программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2015г.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия, свойственные ритмике, способствуют общему развитию обучающихся с ОВЗ, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Целью занятий по ритмике является развитие их художественного вкуса и физического совершенствования

Задачи:

- формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма;
- способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала;
- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса; развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств 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:

7 класс по учебному плану 1 раз в неделю, всего 34 часа.

Планируемые результаты обучения

Личностные учебные действия:

1. гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
2. адекватно эмоционально откликаться на произведения музыки, живописи.

Регулятивные БУД:

1. осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
2. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.

Коммуникативные БУД:

- 1 слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его);
2. слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности.

Познавательные БУД:

1. выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания.

Минимальный уровень знаний:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;

Достаточный уровень знаний:

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;

- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.
- выполнять плясовые движения по показу учителя;
- организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя.
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

Содержание учебного предмета

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей»), движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Упражнения на ориентировку в пространстве:

Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

Ритмико-гимнастические упражнения:

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе.

Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами.

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висающими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

Танцевальные упражнения:

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.

Игры под музыку:

Музыкальные игры с предметами. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Игры под музыку.

Тематическое планирование

№	Наименование раздела	Кол-во часов		Вид деятельности обучающихся
		Всего	Практических	
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	6		Развитие пространства и умения ориентироваться в нем. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево. Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений.
2.	Ритмико-гимнастические упражнения.	13		Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений. Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц. Преодоление двигательной скованности движений. Выработка правильной осанки, чувства равновесия.
3.	Игры под музыку.	9		Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания. Развитие слухового восприятия, коррекция эмоциональной сферы. Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.
4.	Танцевальные упражнения.	6		Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения). Развитие умения выполнять совместные действия и коммуникативных навыков. Развитие произвольности при выполнении движений и действий.
Итого:		34	34	

Календарно-тематический план

№	Дата	Раздел, тема урока	Кол-во часов
Упражнения на ориентировку в пространстве			
1		Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.	1
2		Перестроение из простых и concentрических кругов в звёздочки и карусели.	1
3		Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	1
Ритмико-гимнастические упражнения			
4		Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны.	1
5		Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»).	1
6		Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений.	1
7		Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.	1
8, 9		Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.	2
10, 11		Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.	2
Танцевальные упражнения			
12		Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в классе.	1
13		Упражнения на различение элементов народных танцев.	1
14		Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут	1
15		Пружинящий бег.	1
16		Поскоки с продвижением назад (спиной).	1
17		Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.	1
Упражнения на ориентировку в пространстве			
18		Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.	1
19, 20		Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами	2
Игры под музыку			
21, 22		Музыкальные игры с предметами.	2
Ритмико-гимнастические упражнения			
23		Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе.	1
24, 25		С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).	2
26, 27		Упражнения на выработку осанки.	2
Игры под музыку			
28		Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке.	1
29		Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз.	1
30		Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии.	1
Игры под музыку			
31		Игры под музыку.	1
32, 33		Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.	2

34	Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.	1
----	---	---

Нормативно-правовые документы:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» 273-ФЗ от 29.12.2012г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) [http://fgos-ovz.herzen.spb.ru/wp-content/uploads/2014/04/08_ФГОС_УО_19.10.2015.pdf/](http://fgos-ovz.herzen.spb.ru/wp-content/uploads/2014/04/08_ФГОС_УО_19.10.2015.pdf)
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Адаптивная школа №12»

Учебно-методическая литература:

1. Бгажнокова И.М. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 0-4 классы – М.: Просвещение, 2011г.
2. Бадмаев Б.Ц. Психология в работе учителя. В 2-х кн. / М.: ВЛАДОС, 2000. – Кн. 1: Практическое пособие по теории развития, обучения и воспитания
3. Воронкова В.В. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 1-4 классы – М.: Просвещение, 2011г.
4. Габай, Т. В. Педагогическая психология: [учеб.пособие для вузов по спец. психологии] / Т. В. Габай. – М.: Академия, 2003. – 240 с.
5. Петрова В.Г. Обучение учащихся I – IV классов вспомогательной школы: Пособие для учителей / Под ред. В. Г. Петровой. – 2 – е изд., перераб. – М : Просвещение, 2008г.
6. Программа и поурочное планирование занятий ритмикой для учащихся в трудности в обучении. М.Н. Драп, Н.П. Филатова.Омск-2003.
7. Ритмические упражнения, хореография и игры. Г.А. Колодницкий, В.С Кузнецов.Дрофа-2004.
8. А.И.Бурениной «Ритмическая мозаика» – М.: Просвещение, 2011г. В.П.Лебедевой, В.И.Панова. «Учителю о психологии