

**Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Назаровская школа»**

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
Протокол № _____
от «30» 08 2023 г.
Руководитель МО
О.Н.Ефимова / О.Н.Ефимова/

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
учебной работе
М.В.Малошенко /М.В.Малошенко/
«31» 08 2023 г.

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «31» 08 2023 г.



**Рабочая программа
по ритмике
для учащихся 7 «а», 7 «б» классов**

Разработана учителем А.С.Помазан

2023/2024 учебный год

Пояснительная записка

Программа коррекционного курса «Ритмика» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) КГБОУ «Назаровская школа».

Цель программы: приобщение к танцевальному искусству, развитию художественного вкуса и физического совершенствования детей с ограниченными возможностями здоровья.

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности.

В ходе формирования музыкально-ритмических движений интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

Оптимальное изучение программы предполагает 34 часа, 1 (один) час в неделю.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- осознает себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением;
- проявляет интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям;
- относится к учителю, одноклассникам положительно;
- выполняет задания, поручения, договоренности самостоятельно;
- проявляет художественно-творческую и танцевальную способности.

Таблица предметных результатов, содержания, тематического планирования.

Разделы	Кол-во часов	Краткое Содержание	Планируемые результаты
Упражнения на ориентировку в пространстве.	8	Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели.	<i>Минимальный уровень:</i> -перестраивается в колонну по четыре, в круги, звездочки под руководством учителя; -сохраняет правильную дистанцию под

		Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построения и использование лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами: ленты, обручи, скакалки.	руководством учителя; -демонстрирует ходьбу по диагональным линиям под руководством учителя. <i>Достаточный уровень:</i> -перестраивается четко в колонну по четыре, в круги, звездочки самостоятельно; -сохраняет правильную дистанцию самостоятельно; -демонстрирует ходьбу по диагональным линиям самостоятельно.
Ритмико-гимнастические упражнения	12	<i>Общеразвивающие упражнения.</i> Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки. <i>Упражнения на координацию движений.</i> Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы. Упражнения под музыку. Самостоятельное составление ритмических рисунков. Сочетание хлопков и притоков с предметами. <i>Упражнения на расслабление мышц.</i> Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя.	<i>Минимальный уровень:</i> -выполняет наклоны, повороты, круговые движения головы, туловища под руководством учителя; -выполняет различные сочетания движений рук и ног в соответствии со сменой частей музыкальных фраз под руководством учителя; -сочетает выполнение движений с предметами под руководством учителя. <i>Достаточный уровень:</i> -выполняет наклоны, повороты, круговые движения головы, туловища самостоятельно; -выполняет различные сочетания движений рук и ног в соответствии со сменой частей музыкальных фраз самостоятельно; -сочетает выполнение движений с предметами самостоятельно.
Игры под музыку	6	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	<i>Минимальный уровень:</i> -задает ритм мелодии одноклассникам и умеет его проверять под руководством учителя; -слышит изменения в музыке и быстро реагирует на них сменой движения под руководством учителя. <i>Достаточный уровень:</i>

		сопровождением.	-задает ритм мелодии одноклассникам и умеет его проверять самостоятельно; -слышит изменения в музыке и быстро реагирует на них сменой движения самостоятельно; -выполняет требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой самостоятельно.
Танцевальные упражнения	8	Исполнение элементов плясок и танцев. Разучивание народных танцев. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Упражнения на различение элементов народных танцев. Разучивание народных танцев.	<i>Минимальный уровень:</i> - исполняет элементы плясок и танцев под руководством учителя; - разучивает народные танцы под руководством учителя; - отличает танцевальные шаги друг от друга, правильно их называет и выполняет под руководством учителя; -выполняет движения народных танцев индивидуально, в парах, по кругу под руководством учителя. <i>Достаточный уровень:</i> -исполняет танцевальную комбинацию из шагов, притопов и хлопков самостоятельно; -исполняет присядку, соблюдая правильную осанку самостоятельно; -выполняет галоп в паре и по кругу самостоятельно; -отличает танцевальные шаги друг от друга, правильно их называет и выполняет самостоятельно; -выполняет движения народных танцев индивидуально, в парах, по кругу самостоятельно.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Дата		Деятельность учителя с учетом программы воспитания КГБОУ «Назаровская школа»
		7 «а»	7 «б»	
	Упражнения на ориентировку в пространстве (8 часов)			Мотивирует обучающихся к культуре здорового и безопасного образа жизни. Побуждает обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Устанавливает доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя. Строит воспитательную деятельность с учетом культурных различий учащихся, половозрастных и индивидуальных особенностей.
1.	Вводное занятие.			
2.	Построение в шахматном порядке.			
3.	Ходьба и бег.			
4.	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.			
5.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в круг.			
6.	Перестроение из колонны в несколько кругов, сужение и расширение их.			
7.	Упражнения с предметами			
8.	Сохранение правильной дистанции во всех видах построения и использование лент, скакалок.			
	Ритмико-гимнастические упражнения			Мотивирует обучающихся к культуре здорового и безопасного образа жизни. Реализовывает на уроке мотивирующий потенциал юмора, разряжает напряжённую обстановку в классе. Побуждает обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Устанавливает доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя. Реализовывает воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение, просмотр. Выстраивает воспитательную деятельность с учетом культурных различий учащихся, половозрастных и индивидуальных особенностей.
9.	Движения головы и туловища.			
10.	Круговые движения плеч.			
11.	Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением			
12.	Круговые движения и повороты туловища.			
13.	Сочетания движений ног.			
14.	Упражнения на выработку осанки.			
15.	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук.			
16.	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку.			
17.	Самостоятельное составление ритмических рисунков.			
18.	Сочетание хлопков и притопов.			
19.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Махи руками и прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.			
20.	Расслабление и опускание головы,			

	корпуса с позиции стоя, сидя.			
	Игры под музыку			
21.	Выполнение имитационных упражнений и игр.			Мотивирует обучающихся к культуре здорового и безопасного образа жизни. Побуждает обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Устанавливает доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя. Реализовывает воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение, просмотр. Выстраивает воспитательную деятельность с учетом культурных различий учащихся, половозрастных и индивидуальных особенностей.
22.	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка.			
23.	Начало движения.			
24.	Разучивание игр, элементов танцевальных движений.			
25.	Составление несложных танцевальных композиций.			
26.	Выполнение ритмичных упражнений в соответствии с различным характером музыки.			
	Танцевальные упражнения			
27.	Знакомство с простейшими танцевальными движениями.			Опирается на жизненный опыт обучающихся. Мотивирует обучающихся к культуре здорового и безопасного образа жизни. Устанавливает доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя. Реализовывает воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение, просмотр. Побуждает учащихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения с учителями и сверстниками. Поддерживает деловую, дружелюбную атмосферу.
28.	Соединение движений с музыкой			
29.	Упражнения на различение элементов народных танцев.			
30.	Танцевальные движения в паре.			
31.	Упражнения на развитие танцевального творчества.			
32.	Элементы русских народных плясок.			
33.	Упражнения на различение элементов народных танцев.			
34.	Игры с пением, речевым сопровождением.			

Материально-техническое обеспечение

Учебно-методический комплекс	ТСО и оборудование
• Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000 • Бекина СИ., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981 • Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002. • Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000 • Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004 • Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007 • Колодницкий Г.А. «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры»: метод. пособие. - Москва, Дрофа, 2003 г. • Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000 П.Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство «Московского государственного института культуры», 1994 • Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987 • Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008 • Школа танца для юных. СПб, 2003 • Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998 Интернет ресурсы 1. http://piruet.info 2. http://www.monlo.ru/time2 3. www. psychlib.ru 4. www. horeograf.com 5. www.balletmusic.ru 6. http://pedagogic.ru 7. http://spo. 1 september.ru 8. http://www.fizkultura-vsem.ru 9. http://www.rambler.ru/ 10. www.google.ru 11. www.plie.ru	- компьютер, оснащенный звуковыми колонками; - фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке - детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки); - детские стихи; - каталог игр; - фотографии; - иллюстрации; - раздаточный материал (атрибуты, маски животных, платки, обручи и т.п.); - видеоролики; -музыкальные инструменты.