

РАССМОТРЕНО

на заседании
научно-методического совета
Протокол № 1 от « 21 » 08. 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

директор школы
Г.Ф. Акимкина
Приказ № 142-ОД от « 28 » 08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по коррекционно - развивающему курсу

для 5 – 9 классов

«РИТМИКА»

Государственного общеобразовательного казенного учреждения
Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа города
Усть-Илимска»

Составил: учитель физической культуры

Галеева Оксана Владимировна,

высшая квалификационная категория.

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся в соответствии с целями изучения коррекционно- развивающего курса «Ритмика», который определен стандартом.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

Роль курса в достижении учащихся с ограниченными возможностями здоровья планируемых результатов освоения на уроках ритмической гимнастики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, танцевать.

Основная роль коррекционно – развивающего курса: коррекция недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Ритмика оказывает положительное влияние на психофизиологические процессы, познавательную, эмоционально-волевыми сферами ребенка, обеспечивает коррекцию психомоторики детей данной категории.

Общая характеристика коррекционно- развивающего курса:

Преподавание курса «Ритмика» обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития аномальных детей средствами музыкальной и ритмической деятельности и направлено на развитие двигательной коррекции и общей моторики.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки. Основными в освоении коррекционно-развивающего курса, являются принципы: “от простого к сложному”, “от медленного к быстрому”, “посмотри и повтори”, “осмысли и выполни”, “от эмоций к логике”, “от логики к ощущению”. Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения, его ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно.

Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считывать движения. Успешное усвоение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятии такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству. На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых. На уроках ритмики хорошо поддаются коррекции характерные для детей особенности нервно психического склада, своеобразие деятельности, поведения и личностных реакций, эмоциональноволевая незрелость.

Описание коррекционно-развивающего курса «Ритмика» в учебном плане. Коррекционно-развивающий курс «Ритмика» входит в обязательную часть адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью и реализуется в урочной деятельности в соответствии с санитарно-

эпидемиологическими нормами и правилами. Коррекционный курс по ритмике рассчитан на 1 год, 34 ч. (1ч в неделю), состоит из четырех разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с предметами»; «Танцевальные упражнения». На каждом уроке осуществляется работа по всем четырем разделам программы. В начале и конце каждого урока должны выполняться упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение. В зависимости от целей и задач конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению).

Коррекционный курс по ритмике рассчитан 1 час в неделю ,5-9 классе -35 ч., в. (1ч в неделю).

Учебный предмет	Часов в неделю	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Часов в год
Ритмика	1	8	8	10/9	10/9	34

Базовые учебные действия:

Личностные УД:

- формировать навыки точного выполнения ритмических движений с учетом индивидуальных требований;
- воспитывать уважение к своей семье, любовь к родителям;
- освоить роль ученика;
- формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
- формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность; - оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).

Коммуникативные УД:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности; - участвовать в парных движениях;
- соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться; - участвовать в диалоге на уроке.

Регулятивные УД:

- использовать в своей музыкально-ритмической деятельности простейшие предметы (гимнастические палки, мячи, обручи);
- обнаружение ошибок при выполнении упражнений;
- видение красоты движений;
- выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека.

Познавательные УД:

- использовать названия движений;
- технически правильное выполнение двигательных действий;
- составлять композиции танцевальных движений с помощью учителя.

Основной формой контроля учащихся является правильность исполнения движений и устный опрос.

Первоочередной задачей урока является овладение координацией движений, развитие чувства ритма. Рекомендуется регулярно опрашивать учащихся, приучать давать четкие развернутые ответы на поставленные вопросы о названиях движений, танцев, постановке в паре. Это даёт учителю возможность дифференцированно подходить к обучению детей с нарушенным интеллектом.

Основные требования к умениям учащихся

Минимальный уровень:	Достаточный уровень
<ul style="list-style-type: none"> – принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; – организовано строиться (быстро, точно); – сохранять правильную дистанцию в колонне парами; – самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам. 	<ul style="list-style-type: none"> – Различать темп, ритмический рисунок, мелодии, название упражнений комплекса ОРУ. – Различать названия движений и песен, используемых на уроках; – Знать элементы танца и движения: – Знать все изученные термины и названия. – Легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Содержание программы учебного курса

5 класс

Основы знаний. История культуры. Знакомство с техникой безопасности. История танца. Танцевальные направления. **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Общеразвивающие упражнения: движения рук, головы, туловища. Упражнения на развитие чувства ритма. Расслабляющие упражнения.

Упражнения на ориентировку в пространстве: Различные виды танцевальных шагов, бега. Построение различных рисунков танца. Выполнение несложных упражнений во время танцевальных шагов. Движение, построения в основных рисунках танца. Рисунок танца.

Упражнения с предметами: Комплекс общеразвивающих корригирующих упражнений.

Танцевальные упражнения: Положение рук и ног в русском народном танце. Танцевальные комбинации в сочетании с изученными танцевальными шагами, бегом.

Комбинации различных притопов с шагами. Элементы русского народного танца.

Танцевальные движения в паре: постановка в паре, танцевальные шаги, бег, исполнение комбинации движений русского народного танца. Комбинации в характере РНТ. Русская кадрили.

6 класс

Основы знаний. История культуры. Знакомство с техникой безопасности. Знакомство с танцевальными направлениями. **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Общеразвивающие упражнения: движения рук, головы, туловища. Упражнения на развитие чувства ритма. Упражнения на растяжку на полу и в парах.

Расслабляющие упражнения.

Упражнения на ориентировку в пространстве: Изучение основных рисунков: круг, линия, колонна, звездочка, улитка, ручеек.

Различные виды танцевальных шагов, бега. Построение различных рисунков танца. Выполнение несложных упражнений во время танцевальных шагов. Движение, построения в основных рисунках танца. Рисунок танца.

Упражнения с предметами: Комплекс общеразвивающих корригирующих упражнений. Комплекс упражнений с предметами под музыкальное сопровождение.

Танцевальные упражнения: Основные положения рук и ног в танце рок-н-ролл, с движениями; создание образа под музыку.

Танцевальные комбинации в сочетании с изученными танцевальными шагами, бегом.

7 класс

Основы знаний. История культуры. Знакомство с техникой безопасности. История танца. Танцевальные направления. **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Общеразвивающие упражнения: движения рук, головы, туловища. Упражнения на развитие чувства ритма. Расслабляющие упражнения.

Упражнения на ориентировку в пространстве: Изучение основных рисунков: круг, линия, колонна, звездочка, улитка, ручеек ; изучение переходов из одного рисунка в другой. Различные виды танцевальных шагов, бега. Построение различных рисунков танца. Выполнение несложных упражнений во время танцевальных шагов. Движение, построения в основных рисунках танца. Рисунок танца.

Упражнения с предметами: Комплекс общеразвивающих корригирующих упражнений. Упражнения с предметами.

Танцевальные упражнения: Основные положения рук и ног в эстрадном танце, с движениями. Создание образа. Импровизация. Эстрадный танец..

.Танцевальные комбинации в сочетании с изученными танцевальными шагами, бегом.

Эстрадный танец..

Танцевальные движения в паре: постановка в паре, танцевальные шаги, бег, исполнение комбинации движений.

8 класс

Основы знаний. История культуры. Знакомство с техникой безопасности. История танца. Танцевальные направления. **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Общеразвивающие упражнения: движения рук, головы, туловища. Упражнения на развитие чувства ритма. Расслабляющие упражнения.

Упражнения на ориентировку в пространстве: Различные виды танцевальных шагов, бега. Построение различных рисунков танца. Выполнение несложных упражнений во время танцевальных шагов. Движение, построения в основных рисунках танца. Рисунок танца.

Упражнения с предметами: Комплекс общеразвивающих корригирующих упражнений.

Танцевальные упражнения: Положение рук и ног в русском народном танце. Танцевальные комбинации в сочетании с изученными танцевальными шагами, бегом. Комбинации различных притопов с шагами. Создание миниатюры на основе придуманных образов. Элементы русского народного танца.

Танцевальные движения в паре: постановка в паре, танцевальные шаги, бег, исполнение комбинации движений русского народного танца. Комбинации в характере РНТ. Русская пляска «Яблочко». Я – герой произведения (разделение на группы, распределение ролей, разыгрывание с помощью изученных движений).

9 класс

Основы знаний. История культуры. Знакомство с техникой безопасности. История танца. Танцевальные направления. **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Общеразвивающие упражнения: движения рук, головы, туловища. Упражнения на развитие чувства ритма. Расслабляющие упражнения.

Упражнения на ориентировку в пространстве: Различные виды танцевальных шагов, бега. Построение различных рисунков танца. Выполнение несложных упражнений во время танцевальных шагов. Движение, построения в основных рисунках танца. Рисунок

танца (линия, круг, шеренга, колонна, звездочка, ручеек). Построение и передвижение по изученным рисункам.

Упражнения с предметами: Комплекс общеразвивающих корригирующих упражнений.

Танцевальные упражнения: Танцевальные комбинации в сочетании с изученными танцевальными шагами. Изучение комбинации шагов современного танца.

Темп и ритм. Положения рук в вальсе (I, II, III положения рук). Положения ног в вальсе (основные положения и шаги); Движения в темпе, развитие умения выполнения движений в соответствии с характером музыки. Выпускной вальс (создание композиции). Танцевальные движения в паре: постановка в паре, танцевальные шаги, исполнение комбинации движений.

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

На занятиях ритмической гимнастикой используется музыкальный центр для воспроизведения музыкального материала. ИКТ. Коврики, Гимнастические палки, Мячи.

Тематическое планирование 5 класса

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся.	Ко-л-во
1	ТБ на уроках. Разговор о танце.	Знакомство с танцевальными направлениями, изучение танцевальных шагов, рисунков танца;	1
2	Танцевальные шаги.	Изучение различных танцевальных шагов, бега;	2
3	Рисунок танца.	Изучение основных рисунков: круг, линия, колонна, звездочка, улитка, ручеек.	2
4	Движение, построения в основных рисунках танца.	повторение изученного материала; работа в группах.	2
5	Композиционный переход	изучение переходов из одного рисунка в другой.	1
6	Положение рук и ног в русском народном танце.	Основные положения рук и ног в РНТ, с движениями	2
7	комбинации шагов с движением в рисунках танца	Выполнение изученной комбинации шагов	2
8	Комбинации в характере РНТ	Разучивание комбинации на изученном материале.	2
9	Гимнастические упражнения.	Упражнения на растяжку на полу и в парах.	2
10	Танцевальные упражнения	Беседа; создание образа под музыку; индивидуальная работа.	1
11	Создание образа.	«Кадриль» Создание образа выбранного персонажа.	3
12	Репетиционная работа	Объяснение; работа в группах; развитие умения выполнения движений в соответствии с характером музыки.	2

13	Русская кадриль	Русская круговая кадриль.	3
14	Упражнения с предметами (гимнастические палки)	Комплекс упражнений с гимнастическими палками под музыкальное сопровождение.	2
15	Упражнения с предметами (обручи)	Комплекс упражнений с обручами под музыкальное сопровождение.	2
16	Упражнения с предметами (мяч)	Комплекс упражнений со мячом под музыкальное сопровождение.	2
17	Упражнения с предметами (скакалка)	Комплекс упражнений со скакалкой под музыкальное сопровождение.	2
18	Урок дружбы	Подготовка и проведение урока со всеми группами, показ разминки и миниатюр.	2

Тематическое планирование 6 класса

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся.	Кол -во
1	ТБ на уроках. Разговор о танце.	Знакомство с танцевальными направлениями, изучение танцевальных шагов, рисунков танца;	1
2	Танцевальные шаги.	Изучение различных танцевальных шагов, бега;	2
3	Рисунок танца.	Изучение основных рисунков: круг, линия, колонна, звездочка, улитка, ручеек.	2
4	Движение, построения в основных рисунках танца.	повторение изученного материала; работа в группах.	2
5	Композиционный переход	изучение переходов из одного рисунка в другой.	1
6	Положение рук и ног в танце рок-н-ролл.	Основные положения рук и ног в рок-н-ролл с движениями	2
7	комбинации шагов с движением в рисунках танца	Выполнение изученной комбинации шагов	2
8	Миниатюра «На танцплощадке»	Разучивание комбинации на изученном материале.	2
9	Гимнастические упражнения.	Упражнения на растяжку на полу и в парах.	2
10	Танцевальные упражнения	Беседа; создание образа под музыку; индивидуальная работа.	1
11	Создание образа.	«Кадриль» Создание образа выбранного персонажа.	3

12	Репетиционная работа	Объяснение; работа в группах; развитие умения выполнения движений в соответствии с характером музыки.	2
13	Репетиционная работа	Рок –н- ролл на танцевальной площадке.	3
14	Упражнения с предметами (гимнастические палки)	Комплекс упражнений с гимнастическими палками под музыкальное сопровождение.	2
15	Упражнения с предметами (обручи)	Комплекс упражнений с обручами под музыкальное сопровождение.	2
16	Упражнения с предметами (мяч)	Комплекс упражнений со мячом под музыкальное сопровождение.	2
17	Композиционный переход с предметами (лента)	Комплекс упражнений со скакалкой под музыкальное сопровождение.	3
18	Урок дружбы	Подготовка и проведение урока со всеми группами, показ разминки и миниатюр.	3

Тематическое планирование 7 класса

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся.	Кол-во
1	Знакомство с танцевальными направлениями.	Знакомство с танцевальными направлениями, изучение танцевальных шагов, рисунков танца;	1
2	Танцевальные шаги.	Изучение различных танцевальных шагов, бега;	2
3	Танцевальные шаги.	Изучение основных рисунков: круг, линия, колонна, звездочка, улитка, ручеек.	2
4	Рисунок танца	повторение изученного материала; работа в группах.	2
5	Движение, построения в основных рисунках танца.	изучение переходов из одного рисунка в другой.	1
6	Композиционный переход	Беседа; изучение переходов из одного рисунка в другой.	2
7	комбинации шагов с движением в рисунках танца	Выполнение изученной комбинации шагов	2
8	Упражнения с предметами(гимнастические палки, скакалка ,мяч)	Разучивание комбинации на изученном материале.	3

9	Положение рук и ног в эстрадном танце.	Разучивание комбинации на изученном материале.	2
10	Танцевальные упражнения	Беседа; создание образа под музыку; индивидуальная работа.	1
11	Комбинации шагов с движением в рисунках танца .	«Кадриль» Создание образа выбранного персонажа.	3
12	Танцевальные упражнения под музыку.	Объяснение; работа в группах; развитие умения выполнения движений в соответствии с характером музыки.	2
13	Гимнастические упражнения.	Упражнения на растяжку на полу и в парах.	3
14	Создание образа.	Создание образа выбранного персонажа..	2
15	Импровизация	разделение на группы, распределение ролей, разыгрывание с помощью изученных движений.	2
16	Комбинации в характере эстрадного танца	Разучивание комбинации на изученном материале.	2
17	Эстрадный танец	5 комбинации на изученном материале.	2
18	Репетиционная работа	Объяснение; работа в группах; развитие умения выполнения движений в соответствии с характером музыки..	1

Тематическое планирование 8класс

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся.	Кол-во часов
1	Т.Б.на уроках. Разговор о танце.	Знакомство с танцевальными направлениями, повторение танцевальных шагов, рисунков танца;	1
2	Танцевальные шаги.	Изучение различных танцевальных шагов, бега;	1
3	Рисунок танца.	Изучение основных рисунков: круг, линия, колонна, звездочка, улитка, ручеек.	1
4	Движение, построения в основных рисунках танца.	Беседа; повторение изученного материала; работа в группах.	1

5	Композиционный переход	Беседа; изучение переходов из одного рисунка в другой.	1
6	Положение рук и ног в РНТ	Основные положения рук и ног в РНТ, с движениями	1
7	комбинации шагов с движением в рисунках танца	Выполнение изученной комбинации шагов	1
8	Комбинации в характере РНТ	Разучивание комбинации на изученном материале.	1
9	Гимнастические упражнения.	Упражнения на растяжку на полу и в парах.	2
10	Русская пляска	Русская пляска «Яблочко»	3
11	Репетиционная работа	«Яблочко»	4
12	Упражнения с предметами (обруч)	Упражнения с предметами под музыкальное сопровождение.	2
13	Упражнения с предметами (мяч)	Упражнения с предметами под музыкальное сопровождение.	2
14	Упражнения с предметами (скакалка)	Упражнения с предметами под музыкальное сопровождение.	2
15	Я – герой произведения	разделение на группы, распределение ролей, разыгрывание с помощью изученных движений.	3
16	миниатюра	Создание миниатюры на основе придуманных образов.	2
17	Репетиционная работа	Объяснение; работа в группах; развитие умения выполнения движений в соответствии с характером музыки.	3
18	Урок дружбы	Подготовка и проведение урока со всеми группами, показ разминки и миниатюр.	3

9 класс

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся.	Кол-во часов
1	Т.Б. на уроках. Разговор о танце.	Знакомство с танцевальными направлениями, повторение танцевальных шагов, рисунков танца;	1
2	Танцевальные шаги.	Изучение различных танцевальных шагов, бега	1
3	Рисунок танца.	Изучение основных рисунков: линия, круг, шеренга, колонна, звездочка, ручеек.	1
4	Движение, построения в основных рисунках танца.	Построение и передвижение по изученным рисункам.	1
5	Композиционный переход	изучение переходов из одного рисунка в другой.	1
6	Изучение комбинации шагов современного танца	Основные шаги современного танца	1
7	Выполнение комбинации шагов с движением в	Повторение изученного материала	2

	рисунках танца		
8	Темп и ритм.	изучение простых ритмических рисунков.	2
9	Современный танец	Индивидуальная работа; работа в парах;	2
10	Репетиционная работа	Современный танец	2
11	Гимнастические упражнения.	Индивидуальные упражнения на растяжку, работа в парах на полу.	1
12	Упражнения с предметами (гимнастическая палка, мяч, обруч)	Общеразвивающие корригирующие упражнения с предметами..	2
13	Позиции рук в вальсе	I, II, III позиции рук.	2
14	Позиции ног в вальсе	Основные позиции и шаги.	1
15	Основные движения	Перемена, правый поворот и др.	1
16	Движения в темпе.	развитие умения выполнения движений в соответствии с характером музыки.	2
17	Выпускной вальс	Создание композиции	4
18	Репетиционный процесс	Выпускной вальс	3
19	Генеральная репетиция	Современный танец. Вальс.	4
20	Урок дружбы	Подведение итогов.	2