

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет образования, науки и молодежной политики Волгоградской области
Администрация Серафимовичского муниципального района
МКОУ Зимняяцкая СОШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель ТГ
учителей начальных
классов

Фирсова И.К.
Протокол №1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Агапцова Е.Н.
Приказ №130 «О»
от «02» сентября 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Коррекционно-развивающие занятия»

Ритмика

для обучающихся 9а класса

Зимняцкий 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и с учетом примерной адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью по варианту 2 адаптированной основной общеобразовательной программы образования.

Учебный предмет «Коррекционно – развивающие занятия (ритмика) » входит в предметную область «Коррекционно – развивающие занятия».

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Цель изучения предмета «Коррекционно – развивающего занятия (ритмика)» – необходимость осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально ритмической деятельности.

Основными задачами программы являются:

- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту.
- совершенствование психомоторных способностей учащихся;
- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координирующих способностей;
- развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой;
- формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

Ритмика – это вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ. Занятия ритмикой включают в себя элементы танца, художественной гимнастики, лечебной физкультуры и общей физической подготовки, а также элементы пластики, сюжетно-игровые занятия. В программу включены упражнения, способствующие развитию слуха и музыкальных способностей, логопедические упражнения и упражнения,

помогающие решить часть проблем опорно-двигательного аппарата. Занятия ритмикой способствуют развитию основных психологических функций детей (память, внимание, мышление, речь и воображение) и создают ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, даёт детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию.

Программа состоит из четырех разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Нормативная база

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;
3. Учебным планом;
4. Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
5. Адаптированной основной общеобразовательной программой для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Сведения о примерной программе

Рабочая программа составлена на основе Программы для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, под редакцией В.В. Воронковой – М.: «Просвещение», 2011 г.).

Обоснование выбора программы

Программа выбрана в соответствии с федеральным компонентом Государственного образовательного стандарта образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, примерной адаптированной общеобразовательной программой основного общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2); рекомендована Департаментом образовательных программ и стандартов общего образования Министерства образования РФ, в полном объеме соответствует образовательным целям школы-интерната.

Программа построена с учётом принципов системности, научности, доступности и преемственности; способствует формированию ключевых компетенций обучающихся; обеспечивает условия для реализации практической направленности, учитывает возрастную психологию обучающихся с умственной

отсталостью в умеренной, тяжелой или глубокой степени, с тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР).

Внесённые изменения

Трудности, испытываемые детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) при изучении предмета «Окружающий природный мир» обусловили необходимость внесения некоторых изменений в программу:

- выделено дополнительное время для изучения наиболее важных вопросов,
- ряд некоторых тем даны в ознакомительном плане: «Этюдная работа»;
- отдельные темы упрощены: «Танцы народов РФ, их особенности и костюмы»;
- уделяется больше часов на повторение пройденного материала, отработку навыков по ряду тем.

Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни и дни здоровья.

На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, которое может меняться (увеличиваться или уменьшаться) в зависимости от уровня усвоения темы обучающимися. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление пройденного материала.

Место и роль учебного предмета

Согласно учебному плану всего на изучение учебного предмета «Коррекционно – развивающие занятия (ритмика)» в 9 классе выделяется 1 час в неделю, 34 часа в год.

Формы организации образовательного процесса:

индивидуальные, групповые, индивидуально-групповые, фронтальные, классные и внеклассные.

Основной формой учебного процесса является урок. В практике используются следующие типы урока:

- урок объяснения нового материала (урок первоначального изучения материала);
- урок закрепления знаний, умений, навыков (практический урок);
- урок обобщения и систематизации знаний (повторительно-обобщающий урок);
- комбинированный урок;
- нестандартные уроки (урок-викторина, урок-игра и др.)

При обучении по адаптированной программе (вариант 2) применяются специфические методы и средства обучения:

- дифференцированное,
- «пошаговое» обучение,
- индивидуализация обучения.

Технологии обучения:

- традиционное обучение;
- личностно – ориентированное обучение;
- дифференцированное обучение;
- групповая (коллективная) учебно-познавательная деятельность;
- интерактивное обучение;
- дидактические игры.

Виды и формы контроля:

- текущий контроль;
- фронтальный опрос;
- анализ работ.

Планируемый уровень подготовки выпускников

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных.

Личностные результаты освоения программы

- формирование социальной роли обучающихся;
- формирование положительного отношения к учению обучающихся, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

АООП по предмету «Коррекционно - развивающие занятия (ритмика)» представляет собой возможные **предметные результаты образования**:

- двигаться в соответствии с характером, темпом и динамикой музыки, отличать начало и конец звучания музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве, легко и ритмично ходить и бегать по кругу, между предметами, воспроизводить несложный ритм и простые движения с предметами, выполнять игровые и плясовые движения, согласовывая движения рук с движениями ног и туловища;
- выполнять дыхательные упражнения.

Содержание рабочей программы

Упражнения на ориентировку в пространстве

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

Ритмико – гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки.

Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Игры под музыку

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен.

Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам.

Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения

Повторение элементов танца по программе 8 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

Учебно-тематический план

Темы	Количество часов
Упражнения на ориентировку в пространстве.	11
Ритмико-гимнастические упражнения.	12
Игры под музыку	6
Танцевальные упражнения.	5

Требования к уровню подготовки обучающихся (выпускников)

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом обучающиеся 9 класса по предмету «Коррекционно – развивающее занятие (ритмика)» должны овладеть возможными умениями и навыками:

- уметь ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки (быстро, медленно, тише, громче, тихо, громко),

- уметь переходить от умеренного к быстрому и медленному темпу,
- уметь выполнять движения различного характера с предметами и без них.

Литература и средства обучения

1. Программа для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, под редакцией В.В. Воронковой – М.: «Просвещение», 2011г.)
2. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» - СПб: «Планета музыки», 2010
3. Базарова Н.П. «Классический танец» - СПб: «Лань», «Планета музыки», 2009
4. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - СПб: «Люкси» и «Респекс», 2006
5. Блок Л.Д. «Классический танец» - М.: «Искусство», 2007
6. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - СПб: «Лань», 2007.

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол -во часо в	План	Факт
1	Введение. Что такое ритмика.	1		
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1		
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1		
4	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.			
5	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1		
6	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1		
7	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1		
8	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	1		
9	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1		
10	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1		
11	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1		
12	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1		
13	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	1		
14	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	1		
15	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	1		

16	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	1		
17	Танцевальный элемент «Марш».	1		
18	Ритмические упражнения «Притопы», «Припляс».	1		
19	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.	1		
20-21	Русский народный танец «Полька».	2		
22-23	Русский народный танец «Каблучок», «Ковырялочка», «Гарможка».	2		
24	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.	1		
25-26	Бальный танец «Вальс».	2		
27	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1		
28-29	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	2		
30-31	Гимнастика	2		
32	Упражнения на расслабление мышц.	1		
33-34	Игровые двигательные упражнения с предметами.	2		