

Приложение к образовательной программе
Начального общего образования
МОУ СШ № 1 Тракторозаводского района Волгограда»
Приказ № 281 от 02.09.2024 г
Директор МОУ СШ № 1 _____ Е. Н. Медведева



Рабочая программа
Курса внеурочной деятельности
«Ритмика»
1 «Г» класс

Волгоград 2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учитель: Чижикова И. В.

Рабочая программа учебного предмета «Ритмика» для 1 «Г» класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования для обучающихся с ОВЗ.

1. Пояснительная записка

Программа создана на основе:

- Примерной адаптированной основной программе общего образования, разработанной на основе ФГОС для обучающихся с ОВЗ.

Цель программы:

1. Формирование музыкально - двигательных навыков. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи программы.

Образовательные:

- учить основам музыкального движения;
- формировать умение создавать образ персонажа по поставленным задачам;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и самостоятельного выражения их под музыку.
- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;

Коррекционно-развивающие:

§ развивать у детей чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой. Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений.

Воспитательные:

§ воспитывать культуру поведения;

§ воспитывать умения эмоционального выражения раскрепощенности и творчества в движениях.

2 Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

Основные типы учебных занятий:

урок изучения нового учебного материала;
урок закрепления и применения знаний;
урок обобщающего повторения и систематизации знаний;
урок контроля знаний и умений.

нетрадиционные формы уроков: интегрированный, урок-игра, практическое занятие, урок-презентация, урок-проект, урок-викторина, заочная экскурсия, урок-подарок от волшебника, живая газета, уроки -путешествия
урок -зачет

Основным типом урока является комбинированный.

Виды и формы организации учебного процесса

коллективная;
фронтальная;
групповая;
индивидуальная работа;
работа в парах.

3. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Предмет «Ритмика » входит в образовательную область «Коррекционная подготовка» учебного плана МКОУ «Починковской школы – интерната » .

Рабочая программа рассчитана : в 1 классе на 33 часа, 1 час в неделю.

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа, оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

5. Результаты освоения учебного предмета.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ И УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ

Минимальный уровень

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение;
- ходить свободным естественным шагом;
- ходить и бегать по кругу;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять игровые и плясовые движения после показа учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, 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 с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Программа обеспечивает достижение выпускниками следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

Ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

Развитие двигательной активности;

Формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала; осознавать роль танца в жизни ;

Развитие танцевальных навыков

Метапредметные

Познавательные

определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;

умение ставить и формулировать проблемы;

навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;

Регулятивные

использование речи для регуляции своего действия;

адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;

умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

Коммуникативные

В процессе обучения дети учатся:

работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

обращаться за помощью;

предлагать помощь и сотрудничество;

слушать собеседника;

договариваться и приходить к общему решению;

формулировать собственное мнение и позицию;

осуществлять взаимный контроль;

адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

6. Содержание учебного предмета, курса

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. 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.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями

(имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№	Темы программного материала	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	7
2	Ритмико- гимнастические упражнения.	5

3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	8
4	Игры под музыку.	6
5	Танцевальные упражнения.	7
	Всего	33

Тема	Виды основных учебной деятельности обучающихся
УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ	<p>Ходьба и бег</p> <p>Ориентировка в пространстве</p> <p>Работа над качеством выполнения упражнений</p> <p>Перестроение в круг из шеренги, цепочки.</p> <p>Активизация внимания</p> <p>Слушание объяснений учителя</p> <p>Участие в совместных играх</p>
<i>РИТМИКО- ГИМНАСТИЧЕС КИЕ УПРАЖНЕНИЯ</i>	<p>Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц.</p> <p>Участие в совместной творческой деятельности</p> <p>Работа над качеством выполнения упражнений</p> <p>Активизация внимания</p> <p>Слушание объяснений учителя</p> <p>Участие в совместных играх</p>
<i>УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМ И ИНСТРУМЕНТА МИ</i>	<p>Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков.</p> <p>Участие в совместной творческой деятельности</p> <p>Игра на музыкальных инструментах</p>
<i>ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ</i>	<p>Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки</p> <p>Выполнение имитационных упражнений и игр,</p> <p>Работа над качеством выполнения упражнений</p> <p>Активизация внимания</p> <p>Слушание объяснений учителя</p> <p>Участие в совместных играх</p> <p>Участие в совместной творческой деятельности</p>

**ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ
УПРАЖНЕНИЯ**

Знакомство с танцевальными движениями
Работа над качеством выполнения упражнений
Активизация внимания
Слушание объяснений учителя
Участие в танцах

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№п/ п	Дата проведения		Разделы и темы уроков	Кол-во часов	Планируемые результаты
	Планируемая	Фактическая			
			I четверть	9.	
1.	02.09		Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение. Правильное исходное положение.	1	Уметь чётко, организованно перестраиваться.
2.	19.09		Ритмико-гимнастические упражнения Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	1	Уметь сочетать движения рук, ног.
3-4.	16.09 23.09		Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Исполнение различных ритмов на детском пианино.	2	Уметь выполнять несложные упражнения..
5-6.	30.09 07.10		Игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамики.	2	Уметь самостоятельно менять движения в соответствии со сменой

					частей, музыкальных фраз.
7.	14.10		Упражнения на ориентировку в пространстве. Пальчики и ручки. Русская народная мелодия.	1	Уметь различать основные характерные движения.
8-9.	21.10 28.10		Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	2	Уметь выполнять бодрый, топающий, спокойный шаг.
			2 четверть.	7.	
1.	11.11		Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение в круг из шеренги в цепочки.	1	Уметь перестраиваться из шеренги в цепочки.
2	18.11		Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений.	1	Уметь координировать движения.
3-4.	25.11 02.12		Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Отстукивание простых ритмичных рисунков на барабане.	2	Уметь выполнять упражнения под музыку с постепенным ускорением.
5.	09.12		Игры под музыку. Выполнение имитационных упражнений и игр.	1	Уметь быстро реагировать на приказ музыки.

6-7.	16.12 23.12		Танцевальные упражнения. Подружились. Музыка Т.Вилькорейской.	2	Уметь танцевать детский танец.
			3 четверть.	9.	
1-2.	13.01 20.01		Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег в различном направлении.	2	Уметь сохранять правильную дистанцию.
3.	27.01		Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц.	1	Знать несколько основных упражнений на расслабление.
4-5.	03.02 10.02		Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Исполнение различных ритмов на духовой гармонике.	2	Уметь сопровождать игру пением.
6-7.	17.02 24.02		Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	2	Уметь сопровождать игру пением. Уметь исполнять характерные движения танца.
8-9.	03.03 10.03		Танцевальные упражнения. Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.	2	Уметь выполнять более сложные упражнения. Уметь исполнять характерные движения танца.
			4 четверть.	7	

1-2.	31.03 07.04		Упражнения на ориентировку в пространстве. Упражнения с предметами.	2	Уметь самостоятельно выполнять несколько упражнений с предметами.
3-4.	14.04 21.04		Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнение на координацию движений, расслабление мышц.	2	Уметь быстро и чётко реагировать на приказ музыки.
5.	28.04		Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения на пианино, барабанах, духовой гармонике.		Уметь выполнять несложные ритмы.
6-7	05.05 12.05		Танцевальные упражнения. Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.	2	Уметь выполнять игровые и плясовые движения.
8	19.05		Игры под музыку. Имитационные упражнения и игры построенные на подражательных образах. (зверей, птиц, человека).	1	Уметь выполнять имитационные упражнения и подражательные игры.

Общее количество учебных часов - 33 ч

8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

-музыкальные инструменты;

-технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка)

-музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, компакт-диски, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры, методическая литература).