

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Алтайского края**

**Комитет администрации г. Славгорода Алтайского края по образованию**

**МБОУ "Пригородная СОШ"**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании ШУМО

учителей –предметников

МБОУ «Пригородная СОШ»

Протокол № 1 от «29» 08 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

На заседании методического совета

МБОУ «Пригородная СОШ»

Протокол № 1 от «29» 08 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора

МБОУ «Пригородная

СОШ»

Приказ №106 от «29» 08

2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного курса «Ритмика»**

для обучающихся 6 класса

АООП, вариант 1

## Пояснительная записка

Рабочая программа по ритмике для 5-9 классов составлена на основе «Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида» под редакцией Воронковой В.В. (Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации, 2-е издание, 2006 год).

Преподавание ритмики 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.

### **Место предмета в учебном плане:**

Занятия по данной программе проводятся в форме урока (40 мин). На изучение предмета «Ритмика» отводится в каждом классе по 34 часа (1 час в неделю). На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, только дифференцированный подход в обучении.

Программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний.

Программа определяет содержание предмета и учитывает особенности познавательной деятельности детей, обучающихся по 1 варианту АООП. Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации. Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Поэтому особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных учащихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

### **Цель программы обучения:**

осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

### **Задачи курса:**

- способствовать коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности
- ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;
- исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
- развивать у учащихся речь, художественный вкус,
- укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

*Физкультура.* Формирование и совершенствование двигательных умений, воспитание нравственных, морально-волевых качеств, настойчивости, смелости, навыков культурного поведения.

*Музыка и пение.* Умение слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивать способность переживать содержание музыкального образа. Движения под музыку оказывают не только коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создает благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Межпредметные связи в учебном процессе обеспечивают лучшее понимание школьниками изучаемого материала.

### **Содержание учебного предмета 6 класс (34 часа- 1 час в неделю)**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и concentрических кругов в звёздочки и карусели. 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. Ходьба с отображением длительности нот.

### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. 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 пояс.

Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

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

*Упражнения на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими 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).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

### **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике.

Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

### **ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

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, малоконтрастных частей музыки. 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. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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, малоконтрастных частей музыки. 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. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### **Календарно – тематическое планирование 6 класс (34 часа)**

вдел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.		5 ч	
1	Инструктаж по ТБ. Правильное исходное положение. Ходьба.		
2	Бег с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперёд и оттягиванием носка. 1 ч		
3	Перестроения в круг из шеренги.		
4	Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево.		

5	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы( флажок,гимнастическая палка		
вдел 2. Ритмико-гимнастические упражнения. 14 ч			
6	Наклоны,выпрямления и повороты головы,круговые движения плечами	14	
7	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами.		
8	Наклоны и повороты туловища вправо,влево(класть и поднимать предметы перед собой и сбоку		
9	Приседания с опорой и без опоры, с предметами(обруч,мяч,палка)		
10	Сгибание и разгибание ног в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь		
11	Круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы		
12	Упражнения на выработку осанки		
13	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок		
14	Элементы танцев" Наездники"(прямой галоп)		
15	Одновременные движения правой рукой вверх, левой в сторону, правой-вперед, левой-вверх		
16	Выставление левой ноги вперед, правой руки перед собой, правой ноги -в сторону, левой руки -в сторону и т.д.		
17	Изучение позиций рук,смена позиций рук		
18	Перекрестное поднятие и опускание рук		
19	Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков		
вдел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.		4	
20	Движение кистей рук в разных направлениях.		
21	Урок 2. Поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.		
22-23	Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок		
вдел 4. Игры под музыку.		6	
24	Выполнение ритмических движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой(громко,тихо), регистрами(высокий,низкий)		
25	Изменение направления и формы ходьбы,бега,поскоков,танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Игра- Отбивай мяч.		
26-27	Выполнение имитационных упражнений и игр,построенных на конкретных подражательных образах,хорошо знакомых детям(повадки зверей,птиц) Игра-Мяч в воздухе		
28	Специальные ритмические упражнения.Ритмическая ходьба с движением рук в соответствии с различными заданиями. Игра - Пустое место.		
29	Упражнения ритмической гимнастики с гимнастической палкой. Игра-Догадайся,что это?		
вдел 5. Танцевальные упражнения.		5	
30	Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый,спокойный,топающий шаг. Бег легкий,на полупальцах.		
31	Прямой галоп. Маховые движения рук		
32-33	Элементы русской пляски-простой хороводный шаг,шаг на всей ступне,притопы одной ногой и поочередно,выставление ноги с носка на пятку.		
34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры		

