Краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения

«Казачинская школа».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено:  Представитель МО учителей предметников  «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г.  Головкова И.Ю. | Согласовано:  Зам. директора по УР  «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г.  Стильве О.В. | Утверждаю:  Директор КГБОУ **«**Казачинская школа»  Приказ от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г.  №\_\_\_\_\_\_  Грохотова Ю.А. |

**Адаптированная рабочая программа**

**по коррекционному курсу «Ритмика»**

**для 5 класса на 2020-2021 учебный год.**

|  |
| --- |
| Рассмотрено на заседании педагогического совета протокол № \_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г. |

Составитель:

Алексеева Анна Николаевна

с. Казачинское

2020 г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по ритмике составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся 5 класса с умственной отсталостью легкой степени КГБОУ «Казачинская школа». Составлена на основе ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

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

На занятиях ритмикой осуществляется коррекциянедостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности.

Занятия способствуютразвитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Задачи:*

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

укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

**Общая характеристика учебного курса**

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

**Место учебного предмета в учебном плане**

Коррекционный курс «Ритмика» входит в обязательную часть адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью и реализуется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

Программа для 5 класса в соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком рассчитана на 35 часов при 1 ч. в неделю.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Современные подходы к повышению эффективности обучения предполагают формирование у школьника положительной мотивации к учению, умению учиться, получать и использовать знания в процессе жизни и деятельности. На протяжении всего обучения проводится целенаправленная работа по формированию учебной деятельности, в которой особое внимание уделяется развитию и коррекции мотивационного и операционного компонентов учебной деятельности, т.к. они во многом определяют уровень ее сформированности и успешность обучения школьника.

***Планируемые личностные результаты:***

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах толерантности, уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- устанавливать значение ритмических упражнениями для удовлетворения потребности в движении, в общении со сверстниками, в повышении уровня физической подготовленности, эстетического развития, в формировании устойчивых мотивов самосовершенствования.

Метапредметные:

*Познавательные УУД*

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.

*Регулятивные УУД*

- волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном;

- проговаривать последовательность действий на занятии.

*Коммуникативные УУД*

- потребность в общении с учителем;

- умение слушать и вступать в диалог.

***Предметные результаты:***

В конце, учащиеся должны чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью, должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны *знать:*

- названия классических движений нового экзерсиса;

- названия движений бального танца «Венский вальс»;

- особенности исполнения историко-бытового танца «Полька»;

- значение слов «легато», «стакатто», ритм, акцент, темп;

- новые направления и виды хореографии и музыки;

- классические термины;

- жанры музыкальных произведений

*уметь:*

- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;

- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;

-четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения;

-выполнять простые и сложные элементы танцев современных ритмов

-исполнять основные движения и танцевальные этюды бального танца «Фигурный вальс»;

-исполнять историко-бытовые танцы «Полька»

-исполнять танец современных ритмов

-исполнять русские танцы.

-самостоятельно придумывать движения, фигуры танцевальные перестроения;

-создавать собственные танцевальные этюды, используя движения и элементы, выученные на уроках;

-выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;

 -контролировать и координировать своё тело;

- сопереживать и чувствовать музыку.

**Содержание учебного предмета**

**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 концентрических 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 поясе. 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, пред 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 поднимание 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**

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 4 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

**Танцы и пляски**

Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.

Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка.

Танец «Полька».

Танец «Вальс».

**Распределение часов по четвертям**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Класс** | **I четверть** | **II четверть** | **III четверть** | **IV четверть** | **Общее**  **кол-во часов в год** |
| **1** | 9 | 7 | 11 | 8 | 35 |

**Календарно-тематическое планирование 5 класс (34ч.)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **Урока** | **Наименование тем** | **Виды учебной деятельности** | **Кол-во часов** | **Дата** |
| **1** | Инструктаж по технике безопасности на уроках ритмики. | Слушают и запоминают инструктаж по технике безопасности на уроках ритмики. | 1 | 04.09 |
| **2** | Упражнения на ориентирование в пространстве. | Выполняют упражнения на ориентирование в пространстве. | 1 | 11.09 |
| **3** | Упражнения на координацию движений.  Сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. | Выполняют упражнения на координацию движений.  Сочетают одновременное движений рук, ног, туловища, кистей. | 1 | 18.09 |
| **4** | Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге. | Выполняют упражнения на связь движений с музыкой. Постепенно изменяют темп при ходьбе и беге. | 1 | 25.09 |
| **5** | Специальные ритмические упражнения. | Выполняют специальные ритмические упражнения. | 1 | 02.10 |
| **6** | Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. Короткой скакалкой. | Выполняют упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. Короткой скакалкой. | 1 | 09.10 |
| **7** | Ходьба цепочкой и в колонне в соответствии с заданными направлениями. | Ходят цепочкой и в колонне в соответствии с заданными направлениями. | 1 | 16.10 |
| **8** | Подготовительные упражнения к танцам.  Полуприседания. Упражнения для ступни. | Выполняют подготовительные упражнения к танцам.  Полуприседания. Упражнения для ступни. | 1 | 23.10 |
| **9** | Специальные ритмические упражнения.  Ходьба с проговариванием слов и с хлопками. | Выполняют специальные ритмические упражнения.  Ходят с проговариванием слов и с хлопками. | 1 | 30.10 |
| **10** | Подготовительные упражнения к танцам.  Выставление ноги на носок. | Выполняют подготовительные упражнения к танцам.  Выставляют ноги на носок. | 1 | 13.11 |
| **11** | Элементы танцев «Наездники» (прямой галоп). | Выполняют элементы танцев «Наездники» (прямой галоп). | 1 | 20.11 |
| **12** | Упражнения с предметами. Круговой галоп. Элементы танцев. | Выполняют упражнения с предметами. Круговой галоп. Элементы танцев. | 1 | 27.11 |
| **13** | Хороводный шаг. Шаг польки. Танцы «Травушка-муравушка», «Полька». | Выполняют хороводный шаг. Шаг польки. Танцы «Травушка-муравушка», «Полька». | 1 | 04.12 |
| **14** | Новогодние игры и танцы, самостоятельное составление ритмических рисунков. | Самостоятельно составляют ритмический рисунок. | 1 | 11.12 |
| **15** | Новогодние игры и танцы, самостоятельное составление ритмических рисунков. | Самостоятельно составляют ритмический рисунок. | 1 | 18.12 |
| **16** | Упражнения на выработку осанки. Танец «Новогодняя сказка». | Выполняют упражнения на выработку осанки. Танцуют танец «Новогодняя сказка». | 1 | 25.12 |
| **17** | Русский танец. Полуприсядка, «Гармошка» простая, Танцевальный шаг с носка, переменный шаг. | Танцуют русский танец. Полуприсядка, «Гармошка» простая, Выполняют танцевальный шаг с носка, переменный шаг. | 1 | 15.01 |
| **18** | Русский танец. Полуприсядка, «Гармошка» простая, Танцевальный шаг с носка, переменный шаг. | Танцуют русский танец. Полуприсядка, «Гармошка» простая, Выполняют танцевальный шаг с носка, переменный шаг. | 1 | 22.01 |
| **19** | Теоретические сведения.  Понятие о фразе и предложении в музыке. | Учат и запоминают понятие о фразе и предложении в музыке. | 1 | 29.01 |
| **20** | Специальные ритмические упражнения.  Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). | Выполняют специальные ритмические упражнения.  Изменяют положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). | 1 | 05.02 |
| **21** | Специальные ритмические упражнения.  Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). | Выполняют специальные ритмические упражнения.  Изменяют положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). | 1 | 12.02 |
| **22** | Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы. | Выполняют упражнение на связь движений с музыкой. Сменяют направления движения с началом каждой музыкальной фразы. | 1 | 19.02 |
| **23** | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену. | Выполняют подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену. | 1 | 26.02 |
| **24** | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Игра «Чижи в клетке», «Кот и мыши». | Играют в подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. | 1 | 05.03 |
| **25** | Передача характерных черт персонажей сказок, песен, частушек, танцев. Музыкальные игры с имитацией движений персонажей. | Передают характерные черты персонажей сказок, песен, частушек, танцев. | 1 | 12.03 |
| **26** | Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы. | Выполняют подготовительные упражнения к танцам. Встают на полупальцы. | 1 | 19.03 |
| **27** | Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы. | Выполняют подготовительные упражнения к танцам. Встают на полупальцы. | 1 | 26.03 |
| **28** | Характерные батман тандю. Припадание на месте, с продвижением в сторону. | Выполнят характерные батман тандю. Припадают на месте, с продвижением в сторону. | 1 | 09.04 |
| **29** | Характерные батман тандю. Припадание на месте, с продвижением в сторону. | Выполнят характерные батман тандю. Припадают на месте, с продвижением в сторону. | 1 | 16.04 |
| **30** | Основные движения и танцевальные этюды бального танца «Фигурный вальс». | Выполняют основные движения и танцевальные этюды бального танца «Фигурный вальс». | 1 | 23.04 |
| **31** | Основные движения и танцевальные этюды бального танца «Фигурный вальс». | Выполняют основные движения и танцевальные этюды бального танца «Фигурный вальс». | 1 | 30.04 |
| **32** | Игры под музыку. Танцы народов мира. | Играют под музыку. Танцуют танцы народов мира. | 1 | 07.05 |
| **33** | Игры с пением, речевым сопровождением. | Играют с пением, речевым сопровождением. | 1 | 14.05 |
| **34** | Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением. | Выполняют танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением. | 1 | 21.05 |
| **35** | Итоговый урок «Путешествие в мир танцев». | Закрепляют пройденный материал | 1 | 28.05 |
| **Всего:** | |  | **35**  **часов** |  |

**Описание материально-технического обеспечения**

Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с

Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203

Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно– методическое пособие. –М.: Аркти, 2005. – 108 с.

Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.

Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов. – М.: Гном-Пресс, - 2000г. – 64с.

Михайлова Э.И., Иванова Ю.И. «Ритмическая гимнастика» - справочник - «Московская правда», 2009г.

Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)

- набор детских музыкальных инструментов (бубны, ложки, трещотки, маракасы, колокольчики, кастаньеты, погремушки, музыкальные молоточки);

- спортивный инвентарь (гимнастические коврики, массажные дорожки, мячи различные, скакалки, гимнастические палки, обручи, флажки);

- нестандартное оборудование, выполненное своими руками (тренажеры «Удав», «Кочки», массажная дорожка, мешочки с песком, бруски деревянные различной высоты, массажеры ручные);

- компьютер, презентационный материал по предмету.