

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского района Чувашской Республики

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы:

_____/Фадеева Г.Г./

Приказ № 209 от _30.08_2021 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ОД

_____/ Григорьева К.И. /

«РАССМОТРЕНО»

н заседании Методического совета

_____/Пыренкова С.В./

Протокол № _1_ от _31 августа_2021 г.

**Рабочая программа коррекционного
курса «Ритмика»
для обучающихся
с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями),
вариант 1**

составлена учителем хореографии Борисовой Татьяной Леонидовной

Срок реализации: 2 года

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями, утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599), Примерной адаптированной основной образовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 22 декабря 2015 г.

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

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Планируемые результаты

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты освоения АООП образования включают освоенные обучающимися знания и умения.

АООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

5 класс

Минимальный уровень:

- овладение элементами музыкальной культуры, в процессе формирования интереса к музыкальному искусству и музыкальной деятельности;
- эмоциональное осознанное восприятие музыки во время слушания музыкальных произведений;
- способность к элементарному выражению своего отношения к музыке в слове (эмоциональный словарь), пластике, жесте, мимике;
- умение откликаться на музыку с помощью простейших движений и пластического интонирования;
- 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.

Достаточный уровень:

- понимание роли музыки в жизни человека, его духовно-нравственном развитии;
- сформированность элементарных эстетических суждений;
- способность к эмоциональному отклику на музыку разных жанров;
- умение воспринимать музыкальные произведения с ярко выраженным жизненным содержанием, определение их характера и настроения;

- умение откликаться на музыку с помощью простейших движений и пластического интонирования, драматизация пьес программного характера;
- уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в разных танцевальных рисунках;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

6 класс

Минимальный уровень:

- уметь выполнять комплексы упражнений;
- уметь сознательно управлять своими движениями;
- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
- правильно определять сильную долю в музыке и различать длительности нот;
- уметь грамотно исполнять движения;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца.

Достаточный уровень:

- уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения.
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на 2/4, 3/4 и 4/4;
- владеть изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

Результаты базовых учебных действий:

познавательных:

- 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.

регулятивных:

- 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;

коммуникативных:

- 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.

Содержание программы коррекционного курса

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Материал программы включает четыре раздела:

1. Ритмика;
2. Танцевальная азбука;
3. Танец;
4. Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах танца, знания по танцевальной этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Раздел «Ритмика»

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Данный раздел включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально - слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел «Танцевальная азбука»

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танец»

Этот раздел включает изучение народных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль и национальный характер танца.

Занятия танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки культуры, общения между людьми.

Раздел «Творческая деятельность»

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация - сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование песен, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками по темам.

Основные разделы программы

5 класс

№	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Ритмика	Групповое занятие	1 уровень – знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям; знать ритмические упражнения, особенности их выполнения; 2 уровень – правильно выполнять ритмические упражнения согласно заданной музыке и ритму; 3 уровень – отмечать в движении сильную долю такта, музыкальные фразы, акценты; уметь координировать свои движения с музыкой, иметь знания о музыкальном ритме и ладе.
2	Танцевальная азбука	Групповое занятие	1 уровень - знать позиции ног и рук в танце; знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений; знать правила исполнения упражнений и их названия; 2 уровень - уметь исполнять основные упражнения на середине зала; 3 уровень – усвоить правила постановки корпуса; исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп прямой и боковой, подскоки, шаг с притопом, элементы русского танца.
3	Танец	Групповое занятие	1 уровень - знать названия движений и упражнений; знать танцевальные комбинации; 2 уровень - ловко и быстро переходить от одного движения к другому; 3 уровень - выполнять плясовые движения, исполнять танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях; уметь работать в паре.

4	Творческая деятельность	Групповое занятие	1 уровень - знать правила игр; 2 уровень - целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя; 3 уровень - выполнять игровые движения после показа учителем; играть, соблюдая правила; выразительно передавать игровой образ.
----------	-------------------------	-------------------	--

6 класс

№ п.п.	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Ритмика	Групповое занятие	1 уровень – знать и исполнять танцевальные шаги, прыжки, бег; 2 уровень – распознать и передать движением характер музыки (грустный, весёлый, торжественный); 3 уровень – координировать работу головы, корпуса, рук и ног.
2	Танцевальная азбука	Групповое занятие	1 уровень - знать танцевальные термины, основные направления движения; 2 уровень - уметь ориентироваться в пространстве; 3 уровень – знать и применять основные шаги и фигуры танцев.
3	Танец	Групповое занятие	1 уровень – знать и соблюдать правильную постановку корпуса, ног, рук, головы; 2 уровень – уметь использовать пространство класса относительно зрителя; 3 уровень - любое танцевальное движение исполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки; исполнять массовые танцы.
4	Творческая деятельность	Групповое занятие	1 уровень – знать основные музыкальные понятия, иметь представления о характере музыки; 2 уровень - импровизировать под незнакомую музыку, уметь передавать в пластике движений разнообразный характер музыки; 3 уровень - освоить музыкально-танцевальные игры, тренировать внимание, быстроту реакции и воображение.

**1. Календарно-тематический планирование коррекционного курса «Ритмика»
5 класс**

№ урока	Тема	Кол-во часов	Дата	Основные виды деятельности	Форма организации занятий
Танцевальная азбука					
1	Основное положение стоя.	1		Изучение позиций, положения корпуса.	Практическое занятие
2	Основное положение рук.	1		Изучение позиций рук, положение рук в народном танце.	Практическое занятие
3	Исходные положения ног.	1		Изучение прямых и параллельных позиций. Упражнение «ёлочка».	Практическое занятие
Танец					
4	Упражнение в напряжении и расслаблении мышц ног.	1		Разучивание основных упражнений в форме танцевальной зарядки.	Практическое занятие
Ритмика					
5	Раскачивание рук и корпуса.	1		Подражательные игры и упражнения «Мельница», «Маятник», «Часики».	Практическое занятие
6	Круговые махи рук (мельница) с усилением до прыжка.	1		Игра-соревнование «Ракета».	Практическое занятие
Творческая деятельность					
7	Выпады вперёд и в сторону с пружинным движением в колене.	1		Развитие пластичности и мягкости движений через импровизационные игры.	Практическое занятие

8	Сгибание вперёд и разгибание корпуса (кагушка).	1		Этюдная работа. Пантомима.	Практическое занятие
Танец					
9	Повороты корпуса.	1		Изучить как должна располагаться фигура относительно зрителя.	Практическое занятие
Танцевальная азбука					
10	Круговые махи одной рукой.	1		Движения рук в разных направлениях. Танцевальное движение «солнышко».	Практическое занятие
11	Отведение ноги назад махом (качание ноги)	1		Разучивание правильного положения ног в танцевальных движениях.	Практическое занятие
Ритмика					
12	Кто дольше стоит на полупальцах?	1		Игра «Жирафы».	Практическое занятие
13	«Пружинка» (пружинное полуприседание, вставание на полупальцы), подпрыгивание	1		Танцевальные игры на развитие музыкального слуха.	Практическое занятие
Танец					
14	Игра с мячом. Пружинное движение рук.	1		Разучивание танцевальной комбинации с использованием предметов.	Практическое занятие
15	«Тяжёлые руки». Маховые движения.	1		Упражнение «Пальма». Разучивание танцевальной комбинации.	Практическое занятие
Творческая деятельность					
16	«Мельница» (круговые махи)	1		Выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки.	Практическое занятие

Творческая деятельность					
17	«Поющие руки» (плавные движения рук).	1		Этюд «Ганцевальная волна».	Практическое занятие
18	«Спокойный рассказ» (плавные движения).	1		Упражнение на создание выразительного образа с помощью невербальных средств.	Практическое занятие
19	Решительный и настороженный шаг.	1		Подражательные движения.	Практическое занятие
Танцевальная азбука					
20	Пружинный шаг.	1		Игра «Мячики».	Практическое занятие
21	Ходьба на полупальцах.	1		«Кошачий», «тающий» шаг.	Практическое занятие
Ритмика					
22	Смена бега на шаг и обратно.	1		Изучение танцевальных комбинаций с быстрой сменой движений.	Практическое занятие
23	Игра «Ускоряй и замедляй».	1		Упражнение на развитие музыкальности.	Практическое занятие
Танец					
24	Игра «Нетерпеливые бегуны».	1		Игры под музыку. Движения транспорта, людей.	Практическое занятие
25	«Ручейки и потоки» (лёгкий и сильный бег).	1		Изучение контрастных видов движения.	Практическое занятие
Творческая деятельность					
26	«Попрыгунчики» (лёгкое подпрыгивание на месте).	1		Игры-имитации, сопровождаемые текстом песенок.	Практическое занятие

27	«Мячики» (острое подпрыгивание на месте).	1		Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы. Знать передаваемые образы.	Практическое занятие
Танцевальная азбука					
28	«Заводим волчки» (поскоки на месте и кружение поскоками).	1		Разучивание подскоков на месте, в продвижение, вокруг себя.	Практическое занятие
Танец					
29	«Радуюсь солнышку» (сильные поскоки)	1		Повторение и усложнение выученных ранее движений. Танцевальный элемент «верёвочка».	Практическое занятие
30	«Танцуем галопом».	1		Разучивание танцевального галопа. Шаг польки. Работа в парах.	Практическое занятие
Творческая деятельность					
31	«Наездники» (прямой галоп).	1		Танцевально-образный этюд.	Практическое занятие
Ритмика					
32	Шаг с притопом на движение (дробный шаг)	1		Разучивание переменного и дробного шага.	Практическое занятие
Танец					
33	Выставление ноги на пятку с полуприседанием.	1		Движение народного танца «ковырялочка».	Практическое занятие
34	Танец "полька". Проект	1		Разучивание танца «Полька».	Практическое занятие. Защита проекта

6 класс

№ урока	Тема	К-во часов	Дата	Основные виды деятельности	Форма организации занятий
Танцевальная азбука					
1	Понятия об основных танцевальных движениях.	1		Изучение танцевального шага, бега. Прыжок, подскок: сходство и различие.	Практическое занятие
2	Танцевальные этюды	1		Составление танцевального этюда «Бегуны».	Практическое занятие
3	Повороты по четвертям	1		Изучение понятия «четверть». Исполнения поворотов по четвертям разными приемами.	Практическое занятие
4	Знакомство с рисунком танца	1		Понятие «рисунок». Переход из одного танцевального рисунка в другой.	Практическое занятие
5	Воротца, змейка, улитка	1		Разучивание танцевального рисунка «воротца», «змейка», «улитка». Правила построения в рисунок.	Практическое занятие
Ритмика					
6	Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг – подскок)	1		Чередование разных видов движений и их ритмичное исполнение под музыку.	Практическое занятие
7	Проучивание элементов танцевальной разминки (бег, галоп)	1		Изучение галопа по всем направлениям.	Практическое занятие
8	Проучивание элементов	1		Понятия «пружинка», «полупальцы».	Практическое занятие

	танцевальной разминки (шаг с приседом и подъемом на полупальцах)				
Танцевальная азбука					
9	Шаг с ударом	1		Изучение притопов в комбинации с шагами.	Практическое занятие
10	Шаг с носка	1		Упражнение на создание выразительного образа с помощью невербальных средств.	Практическое занятие
11	Переменный шаг	1		Тройной переменный шаг. Особенности исполнения. Пауза в движении.	Практическое занятие
12	Тройной притоп в комбинации	1		Выразительно исполнять знакомые движения в различных комбинациях, передавая игровые образы.	Практическое занятие
13	Дробь	1		Понятие «дробь». Игра «Эхо».	Практическое занятие
Ритмика					
14	Дробь дорожкой	1		Изучение дроби в продвижении. Игра «Иду по следу».	Практическое занятие
15	Припадания в комбинации	1		Усложнение выученного ранее движения. Составление танцевальной комбинации из знакомых движений.	Практическое занятие
16	Ковырялочка и моталочка в комбинации.	1		Составление танцевальной комбинации в характере народного танца.	Практическое занятие
Творческая деятельность					
17	Движения на развитие координации.	1		Сопряженные движения рук и ног. Перекрестные движения.	Практическое занятие
18	Композиции различной	1		Игровые этюды для развития координации.	Практическое занятие

	координационной сложности				
19	Творческие этюды: учитель танца	1		Игры-имитации, сопровождаемые текстом песен.	Практическое занятие
20	Творческие этюды: художник	1		Изучение контрастных видов движения.	Практическое занятие
21	Игры под музыку. Комбинация «Гуси».	1		Игры под музыку. Движения животных, транспорта, людей.	Практическое занятие
Танец					
22	Прыжковые комбинации	1		Прыжковые комбинации под разный характер музыки.	Практическое занятие
23	Прыжки с поджатыми ногами	1		Игра «Рыбаки и рыбки»	Практическое занятие
24	Прыжки «крестом»	1		Игра «Крестики-нолики»	Практическое занятие
25	Поворот на 3 шагах	1		Исполнение поворота в три действия.	Практическое занятие
26	Вращение на середине зала с препаданием	1		Понятие «вращение». Отличие вращений от поворотов. Соединение вращения и препадания.	Практическое занятие
Танец					
27	Изучение танцевальных движений	1		Упражнения на различение танцевальных элементов.	Практическое занятие
28	Соединение движений в танцевальные комбинации	1		Составление танцевальных комбинаций из движений.	Практическое занятие
29	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах	1		Перестроиться из простых и концентрированных кругов в «звездочки» и «карусели».	Практическое занятие

30	Работа над музыкальностью	1		Самостоятельно менять движения в соответствии со сменой музыкальных фраз.	Практическое занятие
31	Синхронность в исполнении	1		Работа над синхронностью исполнения в парах тройках, малых группах	Практическое занятие
32	Работа над техникой исполнения	1		Работа в двух группах. Танцевальное соревнование.	Практическое занятие
33	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	1		Построения, перестроения из одного рисунка в другой. Повторение всех изученных рисунков.	Практическое занятие
34	Выразительность и эмоциональность исполнения	1		Работа над эмоциональной составляющей разученной комбинации. Проект	Практическое занятие. Защита проекта.

Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

Контрольно-измерительные материалы

5 класс

Тема проекта «Я в мире движения»

6 класс

Тема проекта «Мой танец»

