

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самагалтайская средняя общеобразовательная школа № 2 им. Монгуш А.О.
Муниципального района "Тес-Хемский кожуун РТ"

Рассмотрена
на заседании МО
Протокол № 1

Согласовано:
Зам. директор по УВР
Нам Намзырай У.С./



**Рабочая программа
по внеурочной деятельности «Ритмика»
для 6"а" класса
на 2024 – 2025 учебный год**

Руководитель: Хертек Б-Ш.Б.

с. Самагалтай

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета по внеурочной деятельности «Ритмика» разработана на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утверждена приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026.

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (в ред. Федеральных законов от 17. 02. 2-21 № 10-ФЗ, от 24. 03. 2021 №51-ФЗ, от 05. 04. 2021 №85-ФЗ, от 20. 04. 2021 №95-ФЗ, от 30. 04. 2021 № 114-ФЗ, от 11. 06. 2021 №170=ФЗ, от02. 07. 2021 №310-ФЗ, от 02. 07. 2021 №351-ФЗ);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19. 12. 2014 №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»

Учебный предмет «Ритмика» относится к внеурочной деятельности. В соответствии с учебным планом рабочая программа «Ритмика» проводится 1 час в неделю и составляет 34 часа в год. На каждый раздел отводится определенное количество часов, указанных в тематическом плане.

Внеурочная деятельность «Ритмика» изучается с 5 по 9 классы из расчёта 1 ч в неделю (всего 170 ч): в 5 классе — 33 ч, в 6 классе — 34 ч, в 7 классе - 34 ч, в 8 классе - 34 ч, в 9 классе - 34 ч.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи:

Целью уроков ритмики является: формирование музыкально - двигательных навыков; подготовка учащихся к самостоятельному творчеству.

Задачи:

- повышение уровня познавательной деятельности;
- формирование у учащихся ритмических движений;
- развитие способностей детей координировать движения с музыкой;
- коррекция умственной деятельности, двигательной сферы и коммуникативных форм поведения.

Рабочая программа является коррекционной для обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Программа составлена с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, тем самым обеспечивая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Предмет «Ритмика» является дополнительным занятием физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, внеурочная деятельность оздоровительно-тренировочной направленности), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады) – достигается формирование гармоничной культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях ритмикой и физической культурой, разностороннюю подготовленность.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

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 школьников с ОВЗ, 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.

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 учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

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

Рабочая программа является коррекционной для обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Программа составлена с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, тем самым обеспечивая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Предмет «Ритмика» является дополнительным занятием физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, внеурочная деятельность оздоровительно-тренировочной направленности), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады) – достигается формирование гармоничной культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях ритмикой и физической культурой, разностороннюю подготовленность.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

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 школьников с ОВЗ, 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.

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 учащихся 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.

Содержание разделов

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Название раздела.	Всего часов
1	Ритмика и элементы музыкальной грамотности.	13
2.	Танцевальная азбука (тренаж)	6
3.	Танец (народный, классический)	5
4.	Гимнастические упражнения.	4
5.	Постановочная и репетиционная работа.	6
	Итого:	34

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

- осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- принятие и освоение социальной роли обучающихся, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Личностные результаты оцениваются в общей системе экспертной оценки, используемой в образовательной организации.

Предметные:

Учащиеся должны уметь:

- Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;

- Соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

- Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;

- Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с мало контрастными построениями;

- Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;

- Повторять любой ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Общее содержание предмета

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

Ритмика и элементы музыкальной грамоты.

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий: правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;

художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 10-11 лет, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Танцевальная азбука.

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца.

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

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

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.

Танец.

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных 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 эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения

- разучивание танцевальных композиций.

Вначале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит: - партерная гимнастика;

- тренаж на середине зала;

- танцевальные движения;

- композиции различной координационной сложности.

Беседы по хореографическому искусству.

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. *Цель занятий* состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства.

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.

При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я — учитель танцев», «Я- художник по костюмам» и др.

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 стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

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

Система оценки результатов

Оценки результатов включает целостную характеристику выполнения целей и задач программы, отражающую взаимодействие следующих компонентов образования:

- что обучающийся должен знать и уметь на данной ступени обучения;
- что из полученных знаний он может и должен применять на практике;
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

Для оценки достижения возможных предметных результатов освоения программы используется технология тестовых заданий. Задания разрабатываются дифференцированно с учетом особых образовательных потребностей. Вариативность заданий заключается в варьировании сложности и объема стимульного материала, способа предъявления, объема помощи при выполнении задания. Основой оценки служит анализ качества выполнения тестовых заданий. Оценка достижений предметных результатов производится путем установления среднего арифметического из двух оценок — знаний (что знает) и практики (что умеет). В спорных случаях приоритетной является оценка за практические учебные умения. Оценка достижений предметных результатов по практической составляющей производится путем фиксации фактической способности к выполнению учебного действия, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

- 0 — не выполняет, помощь не принимает.
- 1 — выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.
- 2 — выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.
- 3 — выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.
- 4 — выполняет самостоятельно по словесной инструкции.
- 5 — выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

Оценка достижений предметных результатов по знанию вой составляющей производится путем фиксации фактической способности к воспроизведению (в т. ч. и невербальному) знания, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

- 0 — не воспроизводит при максимальном объеме помощи.

1 – воспроизводит по наглядным опорам со значительными ошибками и пробелами.

2 – воспроизводит по наглядным опорам с незначительными ошибками.

3 – воспроизводит по подсказке с незначительными ошибками.

4 – воспроизводит по наглядным опорам или подсказкам без ошибок.

5 – воспроизводит самостоятельно без ошибок по вопросу.

Оценка достижений предметных результатов производится 1 раз в четверть.

На основании сравнения показателей за четверть текущей и предыдущей оценки учитель делает вывод о динамике усвоения программы каждым обучающимся с УО по каждому показателю по следующей шкале:

0 – отсутствие динамики или регресс.

1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.

2 – минимальная динамика.

3 – средняя динамика.

4 – выраженная динамика.

5 – полное освоение действия.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№	Тема занятий	Кол. ч.
	<i>Вводное занятие. Правила техники безопасности</i>	
1	Основы ритмопластики	1
	<i>Ритмика, элементы музыкальной грамоты</i>	
2	Фигурное построение и перестроение. Постановка корпуса	1
3	Разучивание разных видов ходьбы, бега, подскоков	1
	<i>Танцевальная азбука.</i>	
4	Русский танец. Позиии рук. Танцевальные шаги	1
5	Позиции ног. Поклон. Перестроение и повороты	1
6	Шахматный порядок, линия танца.	1
7	Различные виды ходьбы. Позиции ног в классическом танце	1
8	Различные виды ходьбы. Позиции рук в классическом танце	1
9	Ритмические движения в характере и темпе музыки	1
	<i>Танец.</i>	
10	Музыкально-ритмические упражнения, разучивание движений к пляскам и танцам	1
11	Танцевальные упражнения и элементы хореографии	1
12	Элементы классического танца. Специфика танцевального шага и бега	1
13	Элементы классического танца. Упражнения у станка.	1

	Постановка корпуса. Позиции ног и рук	
14	Элементы народно-сценического танца. <i>Гимнастические упражнения.</i>	1
15	Укрепление мышц плечевого пояса, укрепление мышц пресса	1
16	Упражнения для улучшения гибкости позвоночника, суставов	1
17	Упражнения на растяжку.	1
18	Упражнения на растяжку	1
19	Упражнения для тренировки равновесия	1
20	Упражнения по профилактике плоскостопия, освоение дыхательной гимнастикой	1
	<i>Творческая деятельность.</i>	
21	Танцевальные шаги в образах животных	1
22	Изображение неодушевленных предметов и явлений	1
23	Импровизация на заданную музыкальную композицию	1
	<i>Постановочная и репетиционная работа.</i>	
24	Разучивание танцевальных связок	1
25	Разучивание танцевальных связок	1
26	Разучивание танцевальных связок	1
27	Отработка танцевальных движений.	1
28	Отработка танцевальных движений	1
29	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце	1
30	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце	1
31	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце	1
32	Отработка поставленных танцевальных композиций.	1
33	Отработка поставленных танцевальных композиций	1
34	Отработка поставленных танцевальных композиций	1