

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**Иркутского районного муниципального образования**

**«Малоголоустненская средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

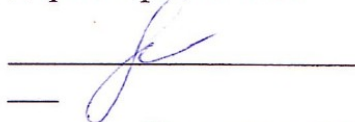
  
\_\_\_\_\_

Эрленбуш Н.Ю.

Протокол от «29»  
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель  
директора по УВР

  
\_\_\_\_\_

Кириленко Т.А.  
Приказ 1/24 от «01»  
сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Панкрашин В.В.

Приказ 1/05 от «01»  
августа 2023 г.

**Адаптированная рабочая программа**

**Учебного предмета**

**«Ритмика»**

**(вариант 1)**

2023 г

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Ритмика», вариант 1 на 2023/24 учебный год для обучающихся 8 -го класса разработана в соответствии с требованиями следующих документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности
3. программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (распространяется на правоотношения с 1 сентября 2021 года).
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11 марта 2016 г. № ВК-452/07 "О введении ФГОС ОВЗ". Методические рекомендации по вопросам внедрения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 (действуют с 1 января 2021 года).
6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2 (действуют с 1 марта 2021 года).

7. Приказ Минпросвещения от 20.05.2020 № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность».
8. Учебный план для реализации АООП для детей с ОВЗ (вариант 1) 2-9 классы. МОУ ИРМО «Малоголоустненская СОШ» 2023-2024 учебный год
9. Положение о рабочей программе МОУ ИРМО «Малоголоустненская СОШ» на 2023/24 учебный год.

Данная программа рассчитана на 1 год (34 учебных недели). Общее число учебных часов в 7 -м классе – 34 (1 час в неделю).

**Изучение курса «Ритмика» направлено на достижение следующей цели:**

- 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).

**Задачами курса являются:**

- формирование основ музыкальной культуры детей;
- развивать музыкальные и творческие способности с помощью различных видов музыкальной деятельности, учитывая возможности каждого ребенка;
- способствовать формированию общей духовной культуры;
- укрепление здоровья детей.

## Планируемые образовательные результаты освоения учебного предмета

### «Ритмика»

<p><b>Личностные результаты</b></p>	<p><b>У обучающегося будут сформированы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;</li> <li>- приобретение начальных навыков социокультурной адаптации в современном мире и позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей;</li> <li>- развитие мотивов музыкально-учебной деятельности.</li> </ul>
<p><b>Метапредметные</b></p>	<p><b>Регулятивные УУД</b></p> <p><b>Обучающийся научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;</li> <li>- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни класса.</li> </ul> <p><b>Познавательные УУД</b></p> <p><b>Обучающийся научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;</li> <li>- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;</li> <li>- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;</li> <li>- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).</li> </ul> <p><b>Коммуникативные УУД</b></p> <p><b>Обучающийся научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;</li> <li>- обращаться за помощью и принимать помощь;</li> <li>- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;</li> <li>- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</li> <li>- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.</li> </ul>
<p><b>Предметные</b></p>	<p><b>Обучающийся научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</li> <li>- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;</li> <li>- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро</li> </ul>

	<p>реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;  - различать основные характерные движения некоторых народных танцев.  <b>Обучающийся получит возможность научиться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;</li> <li>- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;</li> <li>- знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;</li> <li>- уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.</li> </ul> <p>Формы уроков могут быть изменены на усмотрение учителя, по мере прохождения программного материала.</p>
--	--

### **Общая характеристика курса**

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 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.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук.

Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у обучающихся с интеллектуальными нарушениями часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

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 ребенка 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.

### **Содержание учебного предмета «Ритмика».**

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени,

имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико- гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально- двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить обучающихся с ОВЗ согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить обучающихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать*).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить

инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок».

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

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

**Программой предусмотрено проведение практических работ по разделам:**

<b>№ п/ п</b>	<b>Название раздела ( блока)</b>	<b>Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль</b>
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	1
2	Ритмико-гимнастические упражнения	1
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
4	Игры под музыку	1
5	Танцевальные упражнения	1
	<b>Итого</b>	<b>5</b>

**Календарно - тематическое планирование по ритмики составлено с учётом программы воспитания**



## Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем.	Кол-во часов
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>5</b>
1	Инструктаж по ОТ и ТБ. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре.	1
2	Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.	1
3	Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели.	1
4	Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.	1
5	Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	1
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>8</b>
6	Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.	1
7	Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов.	1
8	Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе.	1
9	Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба.	1
10	Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений.	1
11	Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.	1
12	Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.	1
13	Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.	1
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>5</b>
14	Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с	1

	мягкими расслабленными коленями и корпусом («петрушка»)	
15	С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация цветка).	1
16	Упражнения для кистей рук с музыкальными ложками. Базовые упражнения.	1
17	Отстукивание ритмических рисунков на бубне.	1
18	Отстукивание ритмических рисунков маракасами. Упражнения «Песок», «Карнавал».	1
	<b>Игры под музыку</b>	<b>9</b>
19	Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, темповых и динамических изменений в музыке	1
20	Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.	1
21	Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии.	1
22	Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.	1
23	Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.	1
24	Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.	1
25	Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.	1
26	Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.	1
27	Инсценирование музыкальных сказок, песен.	1
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>7</b>
28	Исполнение элементов плясок и танцев. Упражнения на различение элементов народных танцев.	1
29	Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег.	1
30	Упражнения на дыхание, упражнения для развития осанки. Пскоки с продвижением назад (спиной).	1
31	Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.	1
32	Разучивание народных танцев. Русские народные движения «каблучок», «гармошка».	1

33	Русский народный танец «Полька». Каблук, носок, приставной шаг, хлопки, поскоки, поворот под рукой	1
34	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре. Вальсовый поворот в паре. Лодочка, окошечко	1
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

**Календарно-тематическое планирование к рабочей программе  
по ритмики для 8-го класса (34 ч)**

№ урока	Тема урока	Планируемые сроки	Скорректируемые сроки
<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>			
1	Инструктаж по ОТ и ТБ. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре.		
2	Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.		
3	Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели.		
4	Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.		
5	Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.		
<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>			
6	Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.		
7	Повороты туловища в положении стоя, сидя с		

	передачей предметов.		
8	Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе.		
9	Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба.		
10	Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений.		
11	Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.		
12	Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.		
13	Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.		
<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>			
14	Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом («петрушка»)		
15	С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация цветка).		
16	Упражнения для кистей рук с музыкальными ложками. Базовые упражнения.		
17	Отстукивание ритмических рисунков на бубне.		
18	Отстукивание ритмических рисунков маракасами. Упражнения «Песок», «Карнавал».		

<b>Игры под музыку</b>			
<b>19</b>	Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, темповых и динамических изменений в музыке		
<b>20</b>	Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.		
<b>21</b>	Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии.		
<b>22</b>	Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.		
<b>23</b>	Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.		
<b>24</b>	Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.		
<b>25</b>	Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.		
<b>26</b>	Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.		
<b>27</b>	Инсценирование музыкальных сказок, песен.		
<b>Танцевальные упражнения</b>			
<b>28</b>	Исполнение элементов плясок и танцев. Упражнения на различение элементов народных танцев.		
<b>29</b>	Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег.		
<b>30</b>	Упражнения на дыхание, упражнения для развития осанки. Пскоки с продвижением назад (спиной).		
<b>31</b>	Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.		
<b>32</b>	Разучивание народных танцев. Русские народные движения «каблучок», «гармошка».		
<b>33</b>	Русский народный танец «Полька». Каблук, носок, приставной шаг, хлопки, пскоки, поворот под рукой		

34	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре. Вальсовый поворот в паре. Лодочка, окошечко		
<b>Итого 34 часа</b>			