

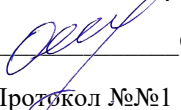
МКОУ "Турманская СОШ"

РАССМОТРЕНО
методическим объединением
учителей начальных классов МКОУ
"Турманская СОШ"

 Полякова У.С.
Протокол №1

от "30" 08 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по УВР

 Онищук С.В.
Протокол №1

от "31." 08 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор МКОУ "Турманская СОШ"

 Московских Т.А.
Приказ №10-о

от "1" 09 2022 г.

**АДАптированная рабочая программа
по коррекционно – развивающему направлению
«РИТМИКА» (8 класс)
Основное общее образование
на 2023 – 2024 учебный год**

Учитель: Ширшов Андрей Юрьевич

Пояснительная записка.

Рабочая программа по коррекционно-развивающему направлению «Ритмика» для 8 класса индивидуального обучения на дому составлена на основании следующих документов:

- Примерная адаптированная основная образовательная программа основного общего образования обучающихся с умеренной, тяжёлой отсталостью (вариант 2) по предмету;
- Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования обучающихся с умеренной, тяжёлой отсталостью (вариант 2);
- Учебный план МБОУ Мещеряковской СОШ ;
- Годовой учебный календарный график на 2019-2020 учебный год.

Курс «Человек и профессия» рассчитан на общее число учебных часов за год обучения 35 часов (1 час в неделю – 40-45 мин). В соответствии с годовым календарным графиком МБОУ Мещеряковской СОШ программа для 8 класса будет реализовываться в объеме 34 часов, за счёт объединения двух тем «Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок».

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

В результате целенаправленной деятельности на занятиях по коррекционно-развивающему направлению «Ритмика»

Ученик научится:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по ритмике являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий ритмикой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых движениях, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по ритмике являются следующие умения:

- планировать занятия в режиме дня;
- представлять ритмику как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Получит возможность научиться:

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

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 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 вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, 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 вперед, 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. Поочередные 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

№п/п	Тема	Кол-во часов.	Дата
1.	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	03.09
2.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	10.09
3.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	17.09
4.	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1	24.09
5.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	01.10
6.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни.	1	08.10
7.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Чиж в клетке. 2.Кот и мыши.	1	15.10
8.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Без предметов. 2.Короткой скакалкой.	1	22.10
9.	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1	05.11
10.	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	12.11
11.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Короткой скакалкой.	1	19.11
12.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1	26.11

13.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Выставление ноги на носок.	1	03.12
14.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	10.12
15.	Танцы. Круговой галоп.	1	17.12
16.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Салки, руки на стену.	1	24.12
17.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	14.01
18.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	21.01
19.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	28.01
20.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	04.02
21.	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	11.02
22.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Без предметов. 2.С мячом.	1	18.02
23.	Элементы танцев. 1.Хороводный шаг. 2.Шаг польки.	1	25.02
24.	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1	03.03
25.	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Пустое место». 2. «Мяч в воздухе» 1. «Отбивай мяч». 2. «Вороны и воробы».	1	10.03
26.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	17.03
27.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.		31.03
28.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1	07.04
29.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	14.04
30.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Вставание на полупальцы.	1	21.04
31.	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	28.04
32.	Танцы.	1	12.05

	«Полька».		
33.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Космонавты».	1	19.05
34.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 2. «Лиса и куры». 3. «Охотники и утки»	1	26.05

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 519259607574593999952456277565694459464737450458

Владелец Московских Татьяна Александровна

Действителен с 30.05.2023 по 29.05.2024