

Пояснительная записка

Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана программа

Рабочая программа по ритмике для 5,6 класса составлена на основе следующих документов и материалов:

1. Программы по хореографии и ритмике для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования, 2001г.
2. Закон РФ «Об образовании» от 10.07.92г. №3266-1 в редакции от 2010 г. (ст. 9, 13, 14, 15, 32);
3. Федеральный закон «О физической культуре и спорте»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09. 2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
5. Приказ Минобрнауки России от 4 октября 2010 г. № 986 "Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений";

Цель и задачи программы

Цель курса — развитие двигательной активности ребенка с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

- Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях
- Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).
- Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.
- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.
- Развивать координацию движений.
- Развивать умение слушать музыку.
- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.
- Развивать творческие способности личности.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности. дисциплин.

Рабочая программа разработана на основе Федеральной адаптированной

основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026

Составлена на основе:

- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
Настоящая программа предназначена для 5,6-х классов общеобразовательной школы и посвящена процессу приобщения обучающихся к традиционным культурным ценностям, воспитанию правильной осанки и овладения детьми ритмическими движениями с музыкальным сопровождением.

Программа рассчитана на 1 год обучения. На учебный предмет «Ритмика»

-по учебному плану в 5,6 классе отведено 34 часа за счёт компонента образовательного учреждения.

-по календарно- тематическому плану 33 часа.

Ритмика обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа «Ритмика» предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий.

Актуальность и новизна

Актуальность данной программы состоит в том, что в процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечнососудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Движение стимулирует процессы роста, развитие и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Новизной образовательной программы является целостный, комплексный подход в определении целей и задач обучения и воспитания, способствующих успешному

личностному самовыражению ребёнка. Под культурно-эстетической средой понимается совокупность следующих условий организации жизнедеятельности обучающихся

- предложение различных видов деятельности: танца, игры, познания, общения для творческого самовыражения;
- приоритет духовно-нравственных ценностей в организации образовательного процесса и творческой жизни коллектива класса.

Планируемый результат

По окончании изучения курса «Ритмика» в 5,6 классе должны быть достигнуты определённые результаты.

Личностные:

- 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, обучающиеся 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», 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

Материально-техническое обеспечение

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество	Примечание
Баян	1	
Скамейки	2	
Стулья	8	
Ноутбук	1	
Видеофильмы о танцах		http://www.drofa.ru/
Шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий, атрибутов и пр.	3	
Атрибутика для танцев (платочки, шарфики, цветы, веера, султанчики, детские игрушки, флажки и другие)	В наличии	Используются для выполнения творческих заданий, развития познавательного интереса к изучаемому предмету.
Музыкальные инструменты (ложки, бубны)	В наличии	Используются для выполнения музыкально-ритмических заданий, танцев.

Место предмета в учебном плане

Учебный предмет «Ритмика» является частью коррекционно-развивающей области (коррекционные занятия) учебного плана.

Количество часов в неделю – 1 час, общее количество часов – 33 часа .

I четверть – 8 часов

II четверть - 8 часов

III четверть – 9 часов

IV четверть – 8 часов

Содержание программы

1. Характер музыки, средства музыкальной выразительности.
2. Музыкальная форма.
3. Комплекс ритмической гимнастики.
4. Танцевальные композиции, игры и упражнения с предметами.
5. Историко-бытовой танец, парные композиции, элементы бального, народного и современного танца.
6. Игровое танцевальное творчество. Инсценировка песен. Постановка ритмопластических спектаклей.

1. ХАРАКТЕР МУЗЫКИ, СРЕДСТВА МУЗЫКАЛЬНОЙ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ

Репертуар, предложенный для этой темы, решает задачу целостного восприятия музыки в тесной взаимосвязи с жанровой принадлежностью.

Необходимо научить детей:

- воспринимать динамические оттенки характера музыки;
- анализировать характер и средства музыкальной выразительности, форму музыкального произведения и передавать их в движении;
- воспринимать ритм как организующее начало в музыке, передавать в хлопках и движении ритмический рисунок;
- исполнять задания, учитывая зависимость манеры исполнения движений от принадлежности музыки к определенной эпохе.

Работая с репертуаром этой темы необходимо использовать музыкальную терминологию.

2. МУЗЫКАЛЬНАЯ ФОРМА

На предложенных музыкальных примерах раскрыть и проанализировать структуру музыкальных произведений (фраза, предложение, период, вступление, заключение).

Предложить следующие музыкальные формы: одно-, двух-, трехчастную, вариационную форму, канон.

Научить изменять композицию танцев и упражнений, направление и сами движения в соответствии со сменой частей, фразировки, вариацией в музыке, слышать и реагировать на основные элементы музыкальной речи. Помнить, что реприза в музыке означает и репризу в движении.

3. КОМПЛЕКСЫ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ

В основу предложенных комплексов легла музыка Ф.Шуберта и музыка русских композиторов: М.Глинки, П.Чайковского, С.Майкапара, А.Гречанинова.

Упражнения, движения позволяют передать не только характер произведения со всеми средствами музыкальной выразительности, но и форму, а самое главное, музыкальный образ.

4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМПОЗИЦИИ, ИГРЫ, УПРАЖНЕНИЯ С ПРЕДМЕТАМИ

Предметы, с которыми предлагается двигаться под то или иное музыкальное произведение, позволяет подчеркнуть характер, настроение музыки, средства музыкальной выразительности.

Перед разучиванием композиции с предметом необходимо предварительно неоднократное прослушивание музыки, анализ средств музыкальной выразительности, чтобы полнее раскрыть характер музыкального произведения.

5. ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ, ПАРНЫЕ КОМПОЗИЦИИ, ЭЛЕМЕНТЫ ПАРНОГО, БАЛЬНОГО, НАРОДНОГО И СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА

Танец – древний вид искусства. Изначально танец существовал без музыки, так как в качестве музыкального сопровождения использовался прежде всего ритм, танцующие отбивали такт ногами и руками. Позднее для звукового сопровождения надевали особые деревянные сандалии, в руки брали устричные раковины (своеобразные кастаньеты).

Обращаясь к музыке различных эпох, подчеркивая ее характерные особенности, можно предложить детям на примере развития народной музыки и народного танца несложные танцевальные композиции, простые элементы того или иного танца, проследить, как постепенно народный танец видоизменялся и из народных празднеств переходил в салоны. Ведь композиторы во все времена опирались в своем творчестве на истоки народной музыки. Именно И. Штраус, вдохновленный народным танцем – вальсом, сочинял вальсы столь блистательные, что бывший танец-простолудин вихрем промчался по Европе и прочно закрепился во дворцах знати как «король» танцев.

Слушая с детьми музыку разных эпох и народов, отрабатываются манеры, характерные для времени написания музыкального произведения. Сравнивая музыку

бальных танцев с музыкой народных танцев, можно проследить, как благодаря музыкальному решению композиторов танец рождается заново. Иногда танец отходил от своих первоисточков, утрачивая обаяние простоты и естественности в движениях, теряя непосредственность, живость, темперамент в выражении чувств. Вместе с изяществом приобретались черты, свойственные дворцовому ритуалу – церемонность, сдержанность, галантность, порой манерность, чопорность. Это вызвалось особенностями психологии и культуры: обстановкой, одеждой.

Перед слушанием музыки того или иного танца желательно использовать иллюстративный материал: эскизы костюмов, детали украшений, прически, обувь – все то, что влияло на манеры и технику исполнения танца. Прекрасно настраивает на восприятие музыки чтение фрагментов стихов и художественной прозы.

6. ИГРОВОЕ ТАНЦЕВАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО. ИНСЦЕНИРОВКА ПЕСЕН. ПОСТАНОВКА РИТМОПЛАСТИЧЕСКИХ СПЕКТАКЛЕЙ

Работе по данной теме должна предшествовать кропотливая предварительная подготовка. Не может быть творчество без знаний, умений, навыков. Музыка, предложенная для творческих заданий и этюдов, дает возможность преподавателю проанализировать, достаточно ли было уделено внимания качеству выполнения движений, умеют ли дети отличать музыку современную от музыки той или иной эпохи, народную от классической.

Песни, используемые для инсценирования, должны быть разучены на музыкальных занятиях. Можно дать детям соответствующие атрибуты, придумать костюмы.

Календарно- тематический план

№	Наименование темы	Количество часов	Дата		Формы и методы контроля
I четверть					
1.	Введение в предмет. Инструктаж по технике безопасности и правилах поведения в танцевальном классе.	1	04.09.23г.		Контроль за техникой безопасности.
2.	Поклон и реверанс.	1	13.09.23г.		Зрительный контроль за движениями обучающихся.
3.	Повороты и наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, в сторону и назад.	1	20.09.23г.		Контроль за движениями обучающихся.
		1	27.09.23г.		
4.	Точное начало и окончание движения вместе с началом и окончанием музыкальной части.	1	04.10.23г.		Следить за направлением движений обучающихся.
5.	Танцевальный шаг, шаг с носка. Шаг на пальцах вперед и назад.	1	11.10.23г.		Укрепление осанки и коррекция походки.
6.	Музыкальные игры. Задания, этюды на воображение.	1	18.10.23 г.		Зрительное восприятие.
		1	25.10.23г.		
					Всего: 8 часов
II четверть					
1.	Движение в различных темпах.	1	08.11.23г.		Следить за координацией движений обучающихся.

2.	Передача хлопками простейшего ритмического рисунка.	1	15.11.23г.		Слуховое восприятие простых ритмических рисунков.
3.	Ярко выраженные ритмические акценты (громко, умеренно, тихо).	1	22.11.23г.		Корректировать упражнения обучающихся.
4.	Легкий бег, танцевальный бег, бег колени вперед.	1	29.11.23г.		Сочетать ритм музыки с ритмом движения.
5.	Построение в линии, шеренгу, колонну по одному.	1	06.12.23г.		Слуховое восприятие. Индивидуальный контроль за обучающимися..
6.	Построение в линии, шеренгу, колонну по одному. Перестроение из колонны по одному в пары и обратно.	1	13.12.23г.		Следить за координацией движений обучающихся.
		2	20.12.23г 27.12.23г.		
			Всего:		8 часов
III четверть					
1.	Построение в диагональ, две диагонали.	1	17.01.24г.		Способствовать нормализации настроения.
2.	Боковой галоп. Исполнение музыкальной композиции из выученных движений.	2	24.01.24г. 31.01.24г.		Координировать движения обучающихся.
3.	Перестроение из колонны по одному в пары и обратно.	1	07.02.24г.		Сочетать ритм музыки с ритмом движения.
4.	Построение в круг, сужение и расширение круга. Свободное размещение	1	14.02.24г.		Координировать речь и движения обучающихся.
5.	Хлопки в ладоши по одному и в парах.	1	21.02.24г.		Координировать движения

					обучающихся.
6.	Положение рук в парах танцах (за одну руку, накрест, за две руки).	1	28.02.24г.		Сочетать ритм музыки с ритмом движения.
7.	Комбинация с галопом и с притопами. Комбинации с хлопками.	1 1	06.03.24г. 13.03.24г.		Координировать движения обучающихся.
			Всего:		9 часов
IV четверть					
1.	Элементы классического танца. Основные позиции ног и положения рук.	1	27.03.24 г.		Сочетать темп музыки с темпом движения.
2.	Элементы сценического танца. Основные позиции ног и положения рук в русском танце.	1	03.04.24г.		Упражнения для коррекции жестов.
3.	Элементы сценического танца. Основные движения русского танца.	1	10.04.24г.		Движения с постепенным усложнением темпа и ритма
4.	Элементы сценического танца. Комбинации из изученных элементов русского танца.	1 1	17.04.24г. 24.04.24г.		Формировать плавность, пластичность движений.
	Исполнение музыкальной композиции из выученных движений.	1	08.05.24г.		Музыкальные упражнения, регулирующие мышечный тонус.
5.	Элементы историко-бытового танца. Рисунки Полонеза.	1	15.05.24г. 22.05.24г.		Формировать плавность, пластичность движений.
			Всего:		8 часов

Учебно-методическое обеспечение

- Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
- Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
- Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
- Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
- Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
- Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
- «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
- Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
- Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
- Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
- Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
- Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
- Учебно-методический комплекс.
- Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)