

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Матвеево - Курганская специальная школа-интернат»
(ГКОУ РО Матвеево - Курганская школа-интернат)**

Рассмотрено на заседании МО
коррекционного цикла
«30» августа 2023 г.

Согласовано с методическим советом
школы-интерната
«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы-интерната
_____ В.В. Зинченко

**Адаптированная образовательная рабочая программа
по учебному предмету
«Ритмика»
5 класс
вариант 1**

Разработала: Скворцова Е.В.

2023-2024 уч. год

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Ритмика» в 5 классе разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями, Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

Данная программа составлена на основе учебного плана ГКОУ РО Матвеево-Курганской школы-интерната на 2023-2024 учебный год.

Рабочая программа разработана в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (редакция от 01.05.2017 года);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», приказ Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 года №1599, зарегистрировано в Минюсте РФ 3 февраля 2015 года №35850;
- СанПиН 2.4.2.3286 -15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», постановление от 10 июля 2015 года № 26;
- Приказ Министерства просвещения России от 24.11.2022 №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). (Зарегистрировано в Минюсте России 30.12.2022).

Программа курса «Ритмика» в 5 классе составлена на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида Подготовительный класс 1-4 классы, (допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации) под редакцией В.В. Воронковой, авторы В.М. Белов, В.С. Кувшинов, В.М. Мозговой, Москва, «Просвещение», 2010г. (раздел «Ритмика» автор: А.А.Айдарбекова).

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В Федеральном компоненте государственного стандарта учебный предмет «Ритмика» входит в образовательную область

«Внеурочная деятельность» как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. На его изучение в 5 классе отведено 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели.

Целью уроков ритмики является формирование движений, свойственных ритмике; развитие культуры движений под музыку; способность к импровизации и творчеству.

Задачи учебного предмета «Ритмика»:

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей;
- развитие общей и речевой моторики;
- эмоционально-волевое развитие учащихся;
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма, организованность.

Особенности реализации программы.

Особенности методики преподавания предмета. Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий ритмикой для детей с ОВЗ обуславливаются структурой нарушений детей данной категории, где присутствуют отклонения в психических функциях, эмоционально-волевой сфере, моторике. В связи с этим в занятия по ритмике включаются такие направления, как:

- коррекция психических функций, где средствами ритмики осуществляется коррекция внимания (его переключаемости, устойчивости, распределения), памяти (слуховой, зрительной), воображения (воссоздающего, творческого), восприятия (слухового, пространственного, зрительного);
- коррекция эмоционально-волевой сферы, где дети овладевают «языком выразительных движений», умением передавать различные эмоциональные состояния (радости, нежности, печали, удивления и т.д.), учатся снимать психоэмоциональное напряжение, приобретают навыки невербальной коммуникации, адекватного группового поведения;
- коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движений, ориентировки в пространстве, преодолению глобальных синкинезий;
- развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

Планируемые результаты освоения рабочей программы по учебному предмету "Ритмика" в 5 классе

Личностные результаты:

Осознавать себя гражданином России, гордиться своей Родиной, историей страны;

Уважительно относиться к иному мнению, истории и культуре других народов;

Определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).

Ответственно относиться к учебному процессу, быть готовым и способным к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению;

Интерес и желание учиться;

Умение формулировать вопросы;

Развивать эстетический вкус;

Развивать слуховое восприятие;

Развивать трудолюбие, самостоятельность, терпеливость, настойчивость, любознательность;

Формировать умение осуществлять контроль и самоконтроль;

Использовать знания в повседневной жизни;

Положительно относиться к окружающей действительности, быть готовым к организации взаимодействия с ней и её эстетическому восприятию.

Уровни достижения предметных результатов по учебному предмету «Ритмика» в 5 классе

Минимальный уровень:

- в соответствии с характером музыки находить нужный темп ходьбы, бега, движений;
- совершать различные перестроения по музыкальному сигналу;
- выполнять упражнения в заданном ритме и темпе;
- различать на слух двухчастные и трёхчастные формы в музыке и соответственно изменять характер движений;
- запоминать последовательность движений в упражнениях;
- выполнять движения по словесной инструкции;
- уметь передавать ритм музыки и заданный ритмический рисунок;
- играть на инструментах в ансамбле с учителем;

- коллективно выполнять игровые упражнения, точно соблюдая инструкцию;
- при выполнении игровых упражнений двигаться в характере звучащей музыки;
- уметь инсценировать песни, импровизировать.

Достаточный уровень:

- самостоятельно ориентироваться в пространстве в игровой деятельности;
 - самостоятельно ориентироваться в пространстве при разучивании танцев, в концертных выступлениях;
 - реализовывать творческий потенциал, осуществляя собственные пластические движения под музыку, в импровизации;
 - активно участвовать в исполнении ритмико-гимнастических упражнений на различных мероприятиях в классе, в школе;
 - реализовывать творческий потенциал, осуществляя собственные музыкальноисполнительские замыслы в игре на детских музыкальных инструментах;
 - организовывать самостоятельную музыкальнотворческую деятельность, музицировать;
 - принимать активное участие в коллективных музыкальных играх как в школе, так и за её пределами;
 - придумывать свои музыкальные игры;
 - реализовывать собственные творческие замыслы в различных видах музыкальнопластическом движении и импровизации);
- принимать активное участие в художественных событиях класса, музыкально-эстетической жизни школы.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Учебный предмет «Ритмика» в 5 классе является составной частью образовательного процесса обучающихся. Он решает образовательные, воспитательные, коррекционно- развивающие и лечебно-оздоровительные задачи

Среди различных форм учебно-воспитательной работы музыкально-ритмическая деятельность является одним из наиболее привлекательных видов деятельности для детей с ограниченными возможностями здоровья. Преподавание предмета «Ритмика» в образовательном учреждении для детей с ОВЗ обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоциональноволевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкальноритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни, а также формируются положительные качества личности (дружелюбие, дисциплинированность, коллективизм).

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе уроков ритмики учащиеся выполняют специальные упражнения под музыку, которые помогают в формировании представлений учащихся о пространстве и умении ориентироваться в нём; развивают мелкую моторику рук; производят двигательную-речевую координацию; развивают артистизм и творческое воображение.

Адаптированная образовательная учебная программа по ритмике в 4 классе образовательного учреждения для детей с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями) состоит из следующих разделов:

Клас с	Количество часов за год	Раздел	Требования к уровню подготовленности обучающихся
5 кл.	34 час.	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 звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение наметать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ориентирование в пространстве класса при выполнении ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений.
		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 поясе.

		<p>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 ускорение движений.</p> <p>Упражнения на координацию движений:</p> <p>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).</p> <p>Упражнения на расслабление мышц:</p> <p>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).</p>
	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	<p>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.</p> <p>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.</p>
	Игры под музыку	<p>Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического</p>

		<p>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.</p>
	Танцевальные упражнения	<p>Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.</p>

III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема урока	Дата	Кол-во часов	Планируемые результаты		Электронные учебно-методические материалы
				Минимальный	Достаточный	
	I четверть		9			
1.	Музыка и движение	4.09	1	-иметь представление о роли двигательной активности для человека.	-понимать роль двигательной активности для человека; -выделять значимость музыки в музыкально-	https://disk.yandex.ru/d/Wudffvjs4yNd6Q

					ритмической деятельности.	
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве	11.09	1	<p>-учиться выполнять упражнения под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений;</p> <p>-учиться выполнять поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.</p>	<p>-выполнять упражнения под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений;</p> <p>-выполнять поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени;</p>	
3.	Ходьба и бег под музыку с изменением темпа	18.09	1	<p>-различать передвижение шагом и бегом;</p> <p>-учиться сохранять правильную дистанцию при движении в колонне шагом и бегом;</p> <p>-учиться передвигаться в ритме и темпе музыки, реагируя на ускорение и замедление.</p>	<p>-сохранять правильную дистанцию при движении в колонне шагом и бегом;</p> <p>-уметь передвигаться в ритме и темпе музыки, реагируя на ускорение и замедление.</p>	
4.	Детская зарядка «Чударики»	25.09	1	<p>-разучить движения упражнения;</p> <p>-откликаться эмоционально на движение под музыку;</p>	<p>-разучить в последовательности движения;</p> <p>-запоминать движения и</p>	

				-запоминать новые движения.	выполнять их самостоятельно; -выполнять движения в определённом ритме, темпе; -ощущать смену частей музыкального произведения.	
5.	Ритмико-гимнастические упражнения	2.10	1	-учиться выполнять музыкально-ритмические упражнения с предметами и с воображаемыми предметами; -выполнять общеразвивающие упражнения и упражнения на координацию движений.	-передавать в игровых и плясовых движениях нюансы музыки; -выполнять музыкально-ритмические упражнения с предметами и с воображаемыми предметами. -двигаться в характере, ритме и темпе, звучащей музыки.	
6.	«Хоровод в лесу» М.Иорданского	9.10	1	-разучить движения упражнения и песню; -откликаться эмоционально на движение под музыку; -запоминать новые движения.	-разучить в последовательности движения и песню; -запоминать движения и выполнять их самостоятельно; -выполнять движения в определённом ритме, темпе; -ощущать смену частей музыкального	

					произведения.	
7.	Ритмическое упражнение «Овощи»	16.10	1	-выделять долгие и короткие звуки и их сочетание; -учиться прохлопывать ритм музыки по схеме и проговаривая слова	-уметь прохлопывать ритм музыки по схеме и проговаривая слова; -различать долгие и короткие звуки и их сочетание.	
8.	Танцевально-игровое творчество	23.10	1	-получать эмоциональное удовлетворение от творчества; -выполнять движения по образцу и с помощью учителя; -учиться проявлять фантазию и воображение в танцевально-игровом творчестве.	-проявлять фантазию и артистизм в танцевально-игровом творчестве; -уметь придумывать танцевальные движения.	
9.	Игры под музыку	30.10	1	-ориентироваться в пространстве музыкального класса в игровой деятельности; -проявлять артистизм и воображение в играх под музыку; -получать эмоциональное удовлетворение от движения под музыку.	-самостоятельно ориентироваться в пространстве музыкального класса в игровой деятельности; -выполнять инструкцию учителя и соблюдать правила игр; -двигаться в соответствии с характером, ритмом и темпом музыки.	
	II четверть		7			

10.	Игра-превращение «Весёлый зоосад»	13.11	1	-учиться перевоплощаться в разные персонажи под музыкальное сопровождение; -проявлять артистизм, фантазию при перевоплощении в разные роли.	-уметь перевоплощаться в разные персонажи под музыкальное сопровождение; -проявлять артистизм, фантазию при перевоплощении в разные роли.	
11.	Танцевальные упражнения	20.11	1	-закрепить разученные танцевальные движения; -проявлять артистизм в танцевальных движениях.	-закрепить разученные танцевальные движения; -проявлять артистизм в танцевальных движениях.	
12.	Кинезиологическое общеразвивающее упражнение	27.11	1	-формировать умение запоминать порядок движений; -выполнять движения по инструкции учителя.	-координировать движения рук и ног по сигналу учителя; -запоминать порядок движений; -уметь выразительно двигаться, проявляя воображение.	
13.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	4.12	1	-учиться играть в ансамбле с учителем на музыкально- шумовых инструментах; -проявлять внимание и организованность при игре в оркестре; -учиться противопоставлять один палец другим.	-играть в ансамбле с учителем и под фонограмму на музыкально-шумовых инструментах; -контролировать своё исполнение и игру одноклассников; -уметь противопоставлять один палец другим.	

14.	Упражнение на ориентировку в пространстве «Найди клад»	11.12	1	-ориентироваться в музыкальном классе; -уметь передвигаться по направлению, указанному инструкцией учителя и на определённое число шагов с помощью учителя.	-ориентироваться в музыкальном классе; -уметь передвигаться по направлению, указанному инструкцией учителя и на определённое число шагов.	
15.	Музыкально-ритмическое упражнение «Мешок Деда Мороза»	18.12	1	-запоминать движения упражнения; -выполнять упражнение по образцу; -проявлять артистизм при выполнении упражнения.	-запоминать движения и последовательность их исполнения; -понимать словесную инструкцию при выполнении упражнений	
16.	Новогодние танцы и хороводы	25.12	1	-получать эмоциональное удовлетворение от движения под праздничную музыку; -знать последовательность движений; -проявлять артистизм.	-получать эмоциональное удовлетворение от движения под праздничную музыку; -знать последовательность движений; -проявлять артистизм.	
	III четверть		10			
17.	Упражнения на координацию движений	15.01	1	-выполнять в медленном темпе кинезиологические упражнения для рук; -учить концентрации внимания при выполнении упражнений.	-выполнение кинезиологических упражнений для рук; -уметь концентрировать внимание при выполнении упражнений.	
18.	Ритмическое упражнение	22.01	1	-учиться прохлопывать ритм	-уметь слушать музыку и	

	под чешскую народную мелодию			звучащей музыки; -учиться изменять ритмический рисунок в зависимости от музыки.	прохлопывать ритмический рисунок; -выделять смену частей в музыке.	
19.	«Ритмы зимы» (игра на музыкальных инструментах)	29.01	1	-учиться играть на детских музыкальных инструментах в ансамбле под фонограмму и по схеме; -вступать вовремя с партией своего инструмента по сигналу учителя.	-уметь играть на детских музыкальных инструментах в ансамбле под фонограмму и по схеме; -вступать вовремя с партией своего инструмента.	
20.	Упражнения с детскими музыкальными инструментам	5.02	1	-учиться играть в ансамбле с учителем на музыкально-шумовых инструментах; -проявлять внимание и организованность при игре в оркестре; -учиться противопоставлять один палец другим.	-играть в ансамбле с учителем и под фонограмму на музыкально-шумовых инструментах; -контролировать своё исполнение и игру одноклассников; -уметь противопоставлять один палец другим.	
21. 22.	Упражнение с ускорением «У оленя дом большой»	12.02 19.02	2	запоминать движения упражнения; -выполнять упражнение по образцу; -учиться двигаться с ускорением.	-запоминать движения и последовательность их исполнения; -понимать словесную инструкцию при выполнении упражнения; -уметь двигаться с	

					ускорением.	
23.	Игры с пением	26.02	1	-учиться петь и двигаться одновременно; -развивать двигательно-речевую координацию; -запоминать текст песен и движения.	-уметь петь и двигаться одновременно; -запоминать текст песен и движения.	
24. 25.	Музыкально-ритмическая игра «Чударики»	4.03 11.03	2	-запоминать движения и последовательность их исполнения; -выполнять движения по образцу и с помощью учителя.	-запоминать движения и последовательность их исполнения; -понимать словесную инструкцию при выполнении упражнения.	
26.	Танцевально-игровое творчество	18.03	1	-получать эмоциональное удовлетворение от творчества; -выполнять движения по образцу и с помощью учителя; -учиться проявлять фантазию и воображение в танцевально-игровом творчестве.	-проявлять фантазию и артистизм в танцевально-игровом творчестве; -уметь придумывать танцевальные движения.	
	IV четверть		8			
27.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1.04	1	-учиться ходить по центру зала, намечать диагональные линии из угла в угол; -учиться сохранять	-уметь ходить по центру зала, намечать диагональные линии из угла в угол;	

				правильную дистанцию во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.	-уметь сохранять правильную дистанцию во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.	
28.	Ритмико-гимнастические упражнения	8.04	1	-учиться выполнять музыкально-ритмические упражнения с предметами и с воображаемыми предметами; -выполнять общеразвивающие упражнения и упражнения на координацию движений.	-передавать в игровых и плясовых движениях нюансы музыки; -выполнять музыкально-ритмические упражнения с предметами и с воображаемыми предметами. -двигаться в характере, ритме и темпе, звучащей музыки.	
29.	Пластические этюды под чтение стихов	15.04	1	- внимательно слушать текст стихотворений и выполнять соответствующие движения с помощью учителя; -развивать воображение и артистизм.	- внимательно слушать текст стихотворений и выполнять соответствующие движения; -развивать воображение и артистизм.	
30.	Танцевальные упражнения	22.04	1	-учить новые танцевальные движения к современному танцу по образцу; -учиться двигаться ритмично.	-разучить танцевальные движения к танцу; -выполнять танцевальные движения легко и непринуждённо.	
31.	Современный ритмичный танец	29.04	1	-учить танец с помощью учителя; -получать положительные	-разучить танец; -получать положительные эмоции от движения под	

				эмоции от движения под музыку.	музыку.	
32.	Игра на музыкальных инструментах «Ромашковые ритмы»	6.05	1	учиться играть под фонограмму на детских музыкальных инструментах по схеме; -учиться играть в ансамбле внимательно слушать музыку.	-уметь играть под фонограмму на детских музыкальных инструментах по схеме; -уметь играть в ансамбле.	
33.	Потанцуем!	13.05	1	-проявлять артистизм в танце; -получать эмоциональное удовлетворение от танцев.	-уметь импровизировать в танце под ритмичную музыку; -проявлять артистизм в танце.	
34.	Танцевально-игровое творчество	20.05	1	-получать эмоциональное удовлетворение от творчества; -учиться проявлять фантазию и воображение в танцевально-игровом творчестве.	-проявлять фантазию и артистизм в танцевально-игровом творчестве; -исполнить упражнения и игры, разученные за год.	
			34			