

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кольского района Мурманской области
«Кольская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО	ПРИНЯТО	УТВЕРЖДЕНО
<p>на заседании МО учителей специальных (коррекционных) классов МБОУ «Кольская СОШ» Протокол № <u>01</u> от «<u>28</u>» <u>08</u> 2024г.</p> <p>Руководитель МО <u>Швед</u> А.Ю. Швед</p>	<p>педагогическим советом МБОУ «Кольская СОШ» Протокол № <u>01</u> от «<u>28</u>» <u>08</u> 2024г.</p>	<p>Приказом МБОУ «Кольская СОШ» от «<u>02</u>» <u>09</u> 2024г. № <u>271-о</u> Директор <u>Ярмолич</u> М.П.</p> 

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Ритмика»**

на 2024/2025 учебный год
Классы: 5-9
(АООП обучающихся с УО, вариант 1)

Программа разработана: Османова Н.А., учитель физкультуры, высшая квалификационная категория

г. Кола
2024

	Содержание	Стр.
I	Пояснительная записка	3
	1.1. Адресат	3
	1.2. Нормативно-правовая база.	3
	1.3. Цели и задачи	3
II	Общая характеристика учебного предмета	
	2.1. Учебный предмет в системе общего образования	3
	2.2. Специфика учебного предмета	5
III	Место учебного предмета в учебном плане	
	3.1. Предметная область	6
	3.2. Сроки изучения	6
	3.3. Недельное, годовое распределение часов	6
IV	Ценностные ориентиры содержания учебного предмета «Ритмика»	7
V	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения	7
	5.1. Личностные результаты	7
	5.2. Метапредметные результаты	7
	5.3. Предметные результаты	8
VI	Содержание учебного предмета	8
	6.1. Основное содержание учебного предмета «Ритмика»	9
	6.2. Содержание учебного предмета «Ритмика» по классам	10
	6.2.1. Содержание учебного предмета для обучающихся 5 класса	
	6.2.2. Содержание учебного предмета для обучающихся 6 класса	10
	6.2.3. Содержание учебного предмета для обучающихся 7 класса	14
	6.2.4. Содержание учебного предмета для обучающихся 8 класса	17
	6.2.5. Содержание учебного предмета для обучающихся 9 класса	21
VII	Рекомендации к оценке предметных результатов	24
	7.1. Планируемый уровень подготовки выпускников	24
	7.2. Система оценки по учебному предмету «Ритмика»	26
VIII	Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса	27

I. Пояснительная записка	
1.1.Адресат	Программа адресована обучающимся 5-9 классов с нарушениями интеллектуального развития (легкой умственной отсталостью) Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Кольской средней общеобразовательной школы Кольского района Мурманской области.
1.2. Нормативно-правовая база.	<p>Рабочая программа по учебному предмету ««Ритмика» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов и программно-методического обеспечения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ Минобрнауки России №1599 от 19.12.2014г. • ФАООП УО (вариант 1) обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ Минобрнауки России №1026 от 24.11.2022г. • Устав МБОУ Кольской СОШ; • Учебный план МБОУ Кольской СО; • Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15). <p>Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой.</p>
1.3. Цели и задачи	<p>Цель школьного курса «Ритмика» - формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма; • совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям; • развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движений, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора;

	<ul style="list-style-type: none"> • формирование общих представлений о культуре движений; • формирование культуры общения между собой и окружающими; • воспитание организованной, гармонически развитой личности; • развитие основы музыкальной культуры; • развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях; • развитие умения воспринимать музыкальные образы, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности; • формирование красивой осанки, выразительности, пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.
II. Общая характеристика учебного предмета «Ритмика»	
2.1. Учебный предмет в системе основного общего образования	<p style="text-align: center;">Характеристика учебного предмета с учетом особенностей его освоения обучающимися.</p> <p>В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой и танцем увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.</p> <p>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.</p> <p>«Ритмика» - это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.</p> <p>На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. Дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений. Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей, ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно</p>

	<p>выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти.</p> <p>Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность. Уроки ритмики, в целом, повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку с использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников.</p> <p>Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать. 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 представлений учащихся о пространстве и умении ориентироваться в нем. Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. 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</p>
<p>2.2. Специфика учебного предмета</p>	<p>Программа составлена с учетом психофизических особенностей учащихся с нарушением интеллектуального развития. Учитывая общие и специальные задачи обучения, программа и методика преподавания ритмики предусматривают повторяемость материала (в разных формах и объеме). Ряд тем постепенно усложняется и расширяется от 5 к 9 классу, что способствует более прочному усвоению элементарных ритмических знаний учащимися с интеллектуальными нарушениями. Коррекционно-развивающее направление является обязательным; оно поддерживает процесс освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) содержания АООП. Его содержание регламентируется содержанием коррекционно-развивающей области, представленной в учебном плане и решает следующие основные задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> -- Развитие умения слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением или пением. -- Развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной

	<p>ориентировки.</p> <p>--Привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности.</p>
III. Место учебного предмета в учебном плане	
3.1. Предметная область	Предметная область – Коррекционно-развивающая область . Предмет- Ритмика (относится к обязательной части образовательного процесса)
3.2. Сроки изучения	Учебный предмет изучается с 5 по 9 класс. На изучение предмета « Ритмика » отводится 170 часов (34 учебные недели; 34 часа в год, 1 час в неделю).
3.3. Неделное, годовое распределение часов	<p>Программа конкретизирует содержание предметных тем и дает примерное распределение учебных часов по разделам курса. Предлагаемое в рабочей программе распределение часов по темам соответствует авторской программе</p> <p>Программы рассчитаны:</p> <p>Распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов по программе осуществляется следующим образом</p> <p>5 класс – 34 часа, 1 раз в неделю. 6 класс – 34 часа, 1 раз в неделю. 7 класс – 34 часа, 1 раз в неделю. 8 класс – 34 часа, 1 раз в неделю 9 класс—34 часа, 1 раз в неделю</p>
IV. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета	
<p>Предмет «Ритмика» для 5-9 классов состоит из 5 разделов:</p> <p>1. «Танцевальная азбука». Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.</p> <p>2. «Ритмика, элементы музыкальной грамоты». Роль ритмики в повседневной жизни. Инструктаж по технике безопасности. Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры, 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.</p> <p>3. «Танец». Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий</p>	

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.

4. **«Беседы по хореографическому искусству».** Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя познавательные уроки по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.

5. **«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.

V. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения (БУД)

Результатами освоения учебного предмета «Ритмика» являются личностные, метапредметные и предметные результаты.

<p>5.1. Личностные результаты</p>	<p>Личностными результатами изучения курса являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ формирование мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы; ➤ развитие любознательности и интереса к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивация к достижению результата, стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей, навыков творческой установки; ➤ умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.
<p>5.2. Метапредметные результаты</p>	<p>Метапредметные результаты</p> <ul style="list-style-type: none"> • понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; • организованно строиться (быстро, точно); • сохранять правильную дистанцию в колонне парами; • самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; • соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; • правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок»; • учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); • формулировать собственное мнение и позицию;

	<ul style="list-style-type: none"> • договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
5.3. Предметные результаты	<p>Предметные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; • организованно строиться (быстро, точно); • сохранять правильную дистанцию в колонне парами; • самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; • соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; • правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок»; • учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); • формулировать собственное мнение и позицию; • договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; • умение координировать свои усилия с усилиями других. <p>Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов по учебному предмету на конец обучения</p> <p><u>Минимальный уровень:</u></p> <p>.Ритмико –гимнастические(в дальнейшем РГУ)и общеукрепляющие упражнения(ОРУ) проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, танцевальные шаги,переноску предметов. Сюда входят упражнения на укрепление мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, специальные упражнения для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т.д. В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации. К ним относятся шаги и прыжки (ч/з обруч, скакалку), бег между предметами, повороты на пальцах. Статические упражнения можно выполнять с закрытыми глазами, стоя на двух или на одной ноге, можно использовать в заключительной фазе урока, т.к. они способствуют успокоению.</p> <p><u>Достаточный уровень:</u></p> <p>Музыкально –ритмические упражнения с детскими музыкальными звучащими инструментами (в дальнейшем МРУ).В этом разделе работы используются детские музыкальные инструменты –ложки, погремушки, бубны, трещотки, треугольники и т.д. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводятся под счёт.</p>

	<p>Вначале дети знакомятся с каждым инструментом в отдельности и его возможностями, учатся обращению с инструментами. Они упражняются в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т.д.). Такие упражнения неоднократно повторяются, их сложность постепенно нарастает, навыки обращения с инструментом и чувство ритма постепенно развиваются.</p> <p>Упражнения на детских музыкальных инструментах чрезвычайно полезны для развития чувства ритма, повышают внимание детей, скорость реакции, развивают способность дифференцировок на слух.</p>
VI. Содержание предмета	
6.1. Основное содержание учебного предмета	<p>Содержание учебного предмета.</p> <p>Предмет «Ритмика» для 5-9 классов состоит из 5 разделов:</p> <p>1. «Танцевальная азбука». Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.</p> <p>2. «Ритмика, элементы музыкальной грамоты». Роль ритмики в повседневной жизни. Инструктаж по технике безопасности. Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры, 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.</p> <p>3. «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.</p> <p>4. «Беседы по хореографическому искусству». Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя познавательные уроки по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.</p> <p>5. «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</p>

	становятся их творческие возможности, богаче фантазия.
<p>6.2. 1. Содержание учебного предмета для обучающих я классам</p>	<p style="text-align: center;">ПРОГРАММА 5 КЛАСС (34 ч.)</p> <p>«Танцевальная азбука» (8 часов): Построение. Правильное исходное положение Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3. постановка корпуса и основные позиции ног в классическом стиле; основные позиции рук в классическом стиле; понятие о рабочей и опорной ноге; основные танцевальные точки, шаги; диагональ, середина; разучивание танцевальных шагов, шаг с приседанием, приставной, с притопом; танцевальный элемент «Марш»; «Перестроение», «Линии».</p> <p>«Ритмика, элементы музыкальной грамоты» (10 часов): первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп); ритмический рисунок, ритм, схема, игра; пластичная гимнастика; элементы асимметричной гимнастики; синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения; гимнастика; упражнения на развитие тела под музыку; красота движений.</p> <p>«Танец» (8 часов): простейшие фигуры в танцах; разучивание танца в паре; элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка; основные танцевальные элементы танцев «Полька», «Лебедушка», «Полонез».</p> <p>«Беседы по хореографическому искусству» (3 часа): бальный танец от эпохи средневековья до наших дней; танцы народов РФ, их особенности и костюмы.</p> <p>«Творческая деятельность» (4 часа): этюдная работа; образные танцы; театрализация и танец.</p> <p style="text-align: center;">ПРОГРАММА 6 КЛАСС (34 ч.)</p> <p>«Танцевальная азбука» (9 часов): Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка Упражнения ритмической гимнастики .Короткой скакалкой. Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов)основные позиции ног и рук в классическом стиле; постановка корпуса; основные позиции рук в классическом стиле; понятие о рабочей и опорной ноге; понятие разминки; виды упражнений на различные группы мышц; комбинированные упражнения для головы, рук, ног, корпуса; основные танцевальные точки, шаги;</p>

диагональ, середина; разучивание танцевальных шагов, шаг с приседанием, приставной, с притопом; танцевальный элемент «Марш»; перестроение, «линии».

«Ритмика, элементы музыкальной грамоты».

(10 часов): первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп); ритмический рисунок, ритм, схема, игра; пластичная гимнастика; элементы асимметричной гимнастики; синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения; гимнастика; упражнения на развитие тела под музыку; красота движений.

«Танец» (8 часов): простейшие фигуры в танцах; разучивание танца в паре; элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка; основные танцевальные элементы танцев «Самба», «Ча-ча-ча», «Рок-н-ролл».

«Беседы по хореографическому искусству» (3 часа): современные балльные танцы; танцы народов РФ, их особенности и костюмы; современные виды танцев. Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни.

Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: 1.Чиж в клетке. 2.Кот и мыши.

Упражнения ритмической гимнастики 1.Без предметов. 2.Короткой скакалкой.

Творческая деятельность» (4 часа): этюдная работа; образные танцы; театрализация и танец. Танцы. «Полька». «Чунга-Чанга». Танцевальные упражнения. Шаг кадрили . Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 2. «Лиса и куры». 3. «Охотники и утки».

**ПРОГРАММА
7 КЛАСС (34 ч.)**

«Танцевальная азбука» (7 часов): упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге, основные позиции ног в классическом стиле; постановка корпуса; основные позиции рук в классическом стиле; понятие о рабочей и опорной ноге; понятие разминки; виды упражнений на различные группы мышц; комбинированные упражнения для головы, рук, ног, корпуса; основные танцевальные точки, шаги; диагональ, середина; разучивание танцевальных шагов, шаг с приседанием, приставной, с притопом; танцевальный элемент «Марш»; перестроение, «линии».

«Ритмика, элементы музыкальной грамоты» (11 часов): первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп); ритмический рисунок, схема, игра; пластичная гимнастика; элементы асимметричной гимнастики; синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения; гимнастика; упражнения на развитие тела под музыку; красота движений.

«Танец» (8 часов): простейшие фигуры в танцах; разучивание танца в паре; элементы народной хореографии: ковьярочка, елочка, гармошка; танцы «Танго».

«Беседы по хореографическому искусству» (3 часа): современные бальные танцы; танцы народов РФ, их особенности и костюмы; новые направления хореографии, современный этюд.

«Творческая деятельность» (4 часа): Танцы. Круговой галоп .этюдная работа; образные танцы.

ПРОГРАММА 8 КЛАСС (34 ч.)

«Танцевальная азбука» (8 часов): Дыхательные и релаксирующие упражнения. Игры («Холодно-горячо»). Марш по периметру зала .

Дыхательные и релаксирующие упражнения .Игры («Холодно-горячо») .Марш по периметру зала. Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»

Дыхательные и релаксирующие упражнения. Марш по периметру зала. Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»основные позиции ног в классическом стиле; постановка корпуса; основные позиции рук в классическом стиле; понятие о рабочей и опорной ноге; понятие разминки; виды упражнений на различные группы мышц; комбинированные упражнения для головы, рук, ног, корпуса; основные танцевальные точки, шаги; диагональ, середина; разучивание танцевальных шагов, шаг с приседанием, приставной, с притопом; танцевальный элемент «Марш»; перестроение, «линии».

«Ритмика, элементы музыкальной грамоты» (10 часов): первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп); ритмический рисунок, схема, игра; пластичная гимнастика; элементы асимметричной гимнастики; синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения; гимнастика; упражнения на развитие тела под музыку; красота движений. Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Подвижные игры с мячом

Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Подвижные игры с мячом

Игра «Секретное задание». Перестроение в круг из шеренги в цепочки.

«Танец» (8 часов): простейшие фигуры в танцах; разучивание танца в паре; элементы народной хореографии: ковьярочка, елочка, гармошка; танцы «Танго», «Хип-хоп», «Модерн».

«Беседы по хореографическому искусству» (4 часа): современные бальные танцы; танцы народов РФ, их особенности и костюмы; новые направления хореографии, современный этюд.

«Творческая деятельность» (4 часа): этюдная работа; образные танцы; театрализация и танец. Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Ритмическая гимнастика

Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Ритмическая гимнастика
Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч». Маршировка и пение.

**ПРОГРАММА
9 КЛАСС (33 ч.)**

«Танцевальная азбука» (6 часов): Ритмические упражнения с гимнастической палкой, Релаксирующие упражнения. Дыхательные и релаксирующие упражнения, Игры («Холодно-горячо»). Марш по периметру зала. Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы», основные позиции ног в классическом стиле; постановка корпуса; основные позиции рук в классическом стиле; понятие о рабочей и опорной ноге; понятие разминки; виды упражнений на различные группы мышц; комбинированные упражнения для головы, рук, ног, корпуса; основные танцевальные точки, шаги; диагональ, середина; разучивание танцевальных шагов, шаг с приседанием, приставной, с притопом; танцевальный элемент «Марш»; перестроение, «линии».

«Ритмика, элементы музыкальной грамоты» 14 часов): первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп); ритмический рисунок, схема, игра; пластичная гимнастика; элементы асимметричной гимнастики; синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения; гимнастика; упражнения на развитие тела под музыку; красота движений.

«Танец» (8 часов): простейшие фигуры в танцах; разучивание танца в паре; элементы народной хореографии: елочка, гармошка; танцы «Танго», «Хип-хоп», «Модерн».

«Беседы по хореографическому искусству» (1 часа): современные бальные танцы; танцы народов РФ, их особенности и костюмы; новые направления хореографии, современный этюд.

«Творческая деятельность» (7 часов): этюдная работа; театрализация и танец.

VII. Рекомендации к оценке предметных результатов

Предметные результаты освоения учебного предмета «Ритмика» включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для образовательной области «Ритмика», готовность их применения в практической деятельности.

7.1. Планируемы й уровень подготовки выпускнико в	Классы	Учащиеся должны знать	Учащиеся должны уметь
	5 класс	Обучающиеся должны знать: правую и левую стороны тела, пространства; знать названия музыкальных инструментов	Обучающиеся должны уметь: Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами); Повторять любой ритм, заданный учителем; Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; Четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения; выполнять простые и сложные элементы танцев современных ритмов
	6 класс	Обучающиеся должны знать: <ul style="list-style-type: none"> • все изученные термины и названия; • различные виды танцев и плясок; • новые направления и названия движений различных танцев; новые направления хореографии, виды и жанры хореографии	Обучающиеся должны уметь: <ul style="list-style-type: none"> • задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами); • повторять любой ритм, заданный учителем; • правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; • четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения; выполнять простые и сложные элементы танцев современных ритмов; <ul style="list-style-type: none"> • уметь держаться на сцене; • правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; отмечать в движении ритмический рисунок

		7 класс	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • все изученные термины и названия; • различные виды танцев и плясок; • новые направления и названия движений различных танцев; • новые направления хореографии, виды и жанры хореографии 	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами); • повторять любой ритм, заданный учителем; • правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; • четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения; <p>выполнять простые и сложные элементы танцев современных ритмов.</p> <ul style="list-style-type: none"> • правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; • отмечать в движении ритмический рисунок; • развивать художественно-эстетический вкус; • уметь держаться на сцене, раскрыть свои потенциальные способности; • выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; • выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии.

		8 класс	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ритмика, элементы музыкальной грамоты; • все изученные термины и названия; • различные виды танцев и плясок; • новые направления и названия движений различных танцев; 	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • повторять любой ритм, заданный учителем; • правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; • четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения; <p>выполнять простые и сложные элементы танцев современных ритмов.</p> <ul style="list-style-type: none"> • правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; • отмечать в движении ритмический рисунок; • развивать художественно-эстетический вкус; • уметь держаться на сцене, раскрыть свои потенциальные способности; • выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; <p>• выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии</p>	
		9 класс	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <p>- все изученные термины и названия; - различные виды танцев и плясок;</p> <p>- ритмика, элементы музыкальной грамоты; - все изученные термины и названия;</p> <p>- различные виды танцев и плясок; - новые направления и названия движений</p>	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <p>повторять любой ритм, заданный учителем; правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p> <ul style="list-style-type: none"> • четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения; <p>выполнять простые и сложные элементы танцев современных ритмов.</p> <ul style="list-style-type: none"> • правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением 	

		различных танцев;	музыкального отрывка; <ul style="list-style-type: none"> • отмечать в движении ритмический рисунок; • развивать художественно-эстетический вкус; • уметь держаться на сцене, раскрыть свои потенциальные способности; • выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; • выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии. 	
Планируемый результат: сформированная социально - трудовая готовность выпускников к самостоятельной жизни в социуме.				
7.2. Система оценки по учебному предмету	<p style="text-align: center;">Оценка образовательных результатов.</p> <p>Учащимся не выставляются отметки. Оценка эффективности психокоррекционной и развивающей работы проводится качественно и количественно. Количественная оценка предполагает определение количественных показателей, соответствующих динамике психологических (психических) изменений на различных этапах психокоррекционной работы.</p> <p>- Положительная динамика - 1 балл. Под положительной динамикой понимаются изменения, в полной мере соответствующие целям и задачам коррекции: полное усвоение нового опыта, полученного учащимся в ходе коррекционных занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применение данного опыта в новых психокоррекционных ситуациях; - применение данного опыта в учебной и повседневной жизнедеятельности. <p>-- Частично положительная динамика - 0,5 балла.</p> <p>Под частично положительной динамикой понимаются частичные, т. е. не в полной мере соответствующие целям и задачам коррекции, изменения, состояния учащегося:</p> <ul style="list-style-type: none"> - частичное усвоение нового опыта; частичное применение данного опыта в новых учебных и психокоррекционных ситуациях; затруднение переноса нового опыта в повседневную жизнь. <p>-- Отсутствие динамики - 0 баллов.</p> <p>Под отсутствием динамики понимается невозможность достижения психокоррекционных целей и задач.</p> <ul style="list-style-type: none"> - нечувствительность учащегося к новому опыту; - невозможность применения новых знаний в незнакомых ситуациях; - невозможность переноса частично усвоенного опыта в повседневную жизнь. 			

VIII. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение учебного предмета «Ритмика»

Программно-методические материалы:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой.

Материально-техническое обеспечение:

- технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкальнодидактические игры),
- детские музыкальные инструменты: флейта, трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, маракасы, кастаньеты, металлофоны ксилофоны; свистульки, деревянные ложки;
- дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.

Методическая литература:

- 1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
- 2. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва .,2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -4 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.
- 3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебнометодическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
- 4. Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2003.-112с.
- 5. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Зятемина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
- 6. Т. А. Зятемина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

Дополнительная литература для учителя и учащихся:

- 1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика.-СПб.; ЛОИРО, 2000. – 220 с.
- 2. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2003.-224с.
- 3. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: 2000.-112 с.
- 4. Михайлова М. А., Горбина Е. В. Поём, играем, танцуем дома и в саду.- Ярославль: «Академия развития», 1998.-240с.
- 5. Петрова Т. И., Сергеева Е. Л., Петрова Е. С. Театрализованные игры в детском саду.- М. : Издательство « Школьная Пресса», 2000.
- 6. Чурилова Э. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников: Программа и репертуар.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.- 160 с.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение.

Программно-методические материалы:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой.

Материально-техническое обеспечение:

1. Технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка); музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи,
2. Звучащие игрушки, музыкально дидактические игры), детские музыкальные инструменты: флейта, трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, маракасы, кастаньеты, металлофоны ксилофоны; свистульки, деревянные ложки; дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.

Методическая литература:

3. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
4. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва .,2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 5 -9 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.
5. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебнометодическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
6. Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2003.-112с.
7. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затымина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
8. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

Дополнительная литература для учителя и учащихся:

9. Буренина А. И. Ритмическая мозаика.-СПб.; ЛОИРО, 2000. – 220 с.
10. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2003.-224с.
11. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: 2000.-112 с.
12. Михайлова М. А., Горбина Е. В. Поём, играем, танцуем дома и в саду.- Ярославль: «Академия развития», 1998.-240с.
13. Петрова Т. И., Сергеева Е. Л., Петрова Е. С. Театрализованные игры в детском саду.- М. : Издательство « Школьная Пресса», 2000.
14. Чурилова Э. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников: Программа и репертуар.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.-160с.