Муниципальное образовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №17 имени А.А. Герасимова

|  |  |
| --- | --- |
| Приказ по школе № 01-02/150-2протокол № 1 от 01.09.2023 г.Рассмотрена УтвержденаНа заседании ПК от « 30 » августа 2023 г.Согласована Директор С. В. Серебрякова C.ВНа заседании научно-методического советапротокол № 1 от «30 » августа 2023 г. |  |

Адаптированная рабочая программа

по ритмике для учащихся с ОВЗ

(художественно-эстетическая творческая деятельность)

7-8 классов

 Учитель: Затеева

 Елена Владимировна

Рыбинск

2023 – 2024 учебный год

 Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию школьников, исправлению недостатков физического развитиях, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

 Рабочая программа составлена на основе примерной адаптированной основной образовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22).

**Место предмета в учебном плане:**

Занятия по данной программе проводятся в форме занятия (40 мин). На изучение

предмета «Ритмика» отводится в 7 и 8 классах 34 часа (1 час в неделю);

На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, только дифференцированный подход в обучении.

 Программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний.

Программа определяет содержание предмета и учитывает особенности познавательной деятельности детей, обучающихся в классах с ОВЗ. Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации. Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Поэтому особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных учащихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

**Цель программы обучения:**

осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

**Задачи курса:**

* способствовать коррекции недостатков психического и физического развития учащихся средствами музыкально-ритмической деятельности
* ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;
* исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
* развивать у учащихся речь, художественный вкус,
* укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

*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.

**1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Освоение детьми программы «Ритмика» направлено на достижение комплекса результатов в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта.

*По окончании курса обучающийся сможет:*

*1.****УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ***

- иметь представления о форме, размерах предметов,

- уметь разделять разные их расположения в пространстве,

- развить кинестетический, зрительный, слуховой, осязательный, обонятельный анализаторы,

 - определять «точки стояния», иными словами, местонахождения субъекта относительно окружающих его объектов, размеров, расстояний, взаимного положения, формы предметов, а также их расположения по отношению к ориентирующемуся,

- определять местонахождения предметов относительно человека, который ориентируется в пространстве,

- определять расположение предметов в пространстве по отношению друг к другу, иными словами, пространственные отношения между ними.

 ***2.РИТМИКО - ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ***

- снимать напряжение и утомляемость во время и после занятий,

- расслаблять разные группы мышц,

- концентрировать внимание на заданных движениях или указанных предметах,

- выполнять ритмико-гимнастические упражнения у опоры, так и без опоры,

- правильно ходить, контролировать себя с помощью зеркала, выработать правильную осанку,

- распределять свое внимание на отдельные составные части и детали изучаемого объекта, выделять главное и второстепенное.

***3.МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ***

- передавать характер движения животных, деятельность людей,

-освоить начальные элементы театрализации , инсценирования песен,

- выполнять игровые упражнения на сочетание движения и слова,

 - выполнять упражнения на продолжение заданного ритма,

- развить речевую моторику,

- определять характер музыки, двигаться под непосредственным её воздействием,

- самостоятельно находить удачные, выразительные движения,

- придумывать новые движения,

- передавать характер персонажей театрализованных сказок не только пластикой, но и выражением лица.

***4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ***

- освоить ряд танцевальных движений (шаги с подскоками, приставной шаг, шаг галопа, переменный шаг, шаг польки, а также наиболее доступные элементы современных танцев,

- научиться выполнять упражнения из хореографии (вставание на полупальцы, полуприседания и т.д.),

- сформировать правильную осанку и походку,

- разучить танцы и пляску, познакомиться с их названиями (хоровод, кадриль, вальс, полька), а также с основными движениями этих танцев (притопы, присядка и др.),

- выучить отдельные фигуры или эпизоды танца и, наконец, весь танец в целом - сначала в замедленном, а потом в нужном темпе.

- ритмично двигаться в соответствии с характером музыки,

- переключаться с одного темпа на другой, изменять движения в связи с изменением силы звучания, смены регистров, характером мелодии,

- определять характер музыки, отдельных её частей,

- развить необходимые двигательные навыки, умение управлять своим телом,

- соединять движения и слова.

 *По окончании курса обучающийся*  *получит возможность:*

- понимать всевозможные пространственные отношения,

- осуществлять ориентировку на местности,

- ставить цель и определение маршрута движения (выбор направления); фиксировать направление движения и достижение поставленной цели,

- контролировать резкую смену настроения, неадекватные реакции, проводить коррекцию своих личностных нарушений,

- приобрести уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей.,

- научиться перераспределять энергию и пытаться привести тело к равновесию и гармонии,

- самостоятельно находить удачные, выразительные движения, объясняя при этом, что именно в них хорошо,

 -освоить начальные элементы импровизации песен, импровизационных движений, а также элементы логопедической, фонетической и комплементарной ритмики.

- развить живой интерес к музыке, желание создать в движении хотя и несложные, но непременно созвучные музыке образы,

- инсценировать игровые песни, сказки, в которых нужно раскрыть не только образ, но и содержание.

**Воспитательные результаты внеурочной деятельности учащихся:**

**Первый уровень результатов – *приобретение школьниками социальных знаний****.* В рамках данного курса внеурочной деятельности учащиеся

 - будут знать правила поведения на занятиях;

 - историю и особенности зарождения и развития танцев разных народов;

 - способы и особенности движений, передвижений;

 - научатся ориентироваться в пространстве, определять свое местоположение,

 - разовьют речевую моторику,

 - основы общей и специальной физической подготовки, а также строевой подготовки,

 - ритмическое строение музыки с ее размером, частями и фразами;

 - основные принципы танцевальных передвижений;

 - терминологию разучиваемых движений,

 **-** научатсятехнически правильно исполнять базовые фигуры программы;

 - научатся правильно общаться с людьми разных возрастов и социальных групп,

 - познакомятся с хорошими манерами и соответствующими ситуации правильными поступками.

**Второй уровень результатов – *получение школьниками переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества.***

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной дружественной просоциальной среде.

В рамках данного курса внеурочной деятельности**:**

**-** научатся делать приятные сюрпризы и танцевальные подарки членам своей семьи и друзьям,

- познакомятся с жанром – инсценировка,

- попробуют себя в роли ведущих и организаторов детских и семейных праздников,

- научатся ценить и понимать одногруппников;

- разовьют коммуникативные навыки,

- узнают новые движения, танцевальные направления;

- приобщатся к разным видам искусства, разучивая различные варианты танцев,

- будут создавать коллективные работы, взаимодействуя между собой и помогая друг другу.

**Третий уровень результатов – *получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия.***

Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе необязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится социальным деятелем, гражданином, свободным человеком.

В рамках данного курса внеурочной деятельности учащиеся**:**

-получат возможность самостоятельно делать выбор музыки и танцевальных движений;

- станут более общительными и позитивными с посторонними людьми,

-проявят свою индивидуальность и творческих подход к созданию танцев и инсценирования песен,

- смогут объяснить ход работы над простым танцем и показать движения другим людям,

- объяснить ход несложных подвижных и музыкальных игр

**2. Содержание учебного предмета**

Программы 7-8-х классов состоят из четырех разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ (5 часов)**

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 (15 часов)**

*Общеразвивающие упражнения*. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, 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. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред 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 поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

**ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ (9 часов)**

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 (5 часов)**

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 7 и 8 классы (34 часа) Приложение 1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Вид контроля |
| 1. | Дыхательные и релаксирующие упражнения  | Практическая работа |
|  Игры («Холодно-горячо)  |
| Упражнения с мячом  |
| 2. | Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»  | Практическая работа |
| Марш по периметру зала  |
| Игра «Искатели»  |
| 3. | Ритмико-гимнастические упражнения  | Творческое задание |
| Игра «Поехали – поехали»  |
| Релаксирующие упражнения.  |
| 4. | Ритмические упражнения с мячом. Подвижные игры с мячом.  | Практическая работа |
| Игра «Секретное задание».  |
| Релаксирующие упражнения. |
| 5. | Игра «Я знаю пять названий». | Практическая работа |
| Ритмические упражнения со скакалкой. |
| 6. | Ритмические упражнения с гимнастической палкой. | Практическая работа |
| Игра «Соседи». |
| 7. | Подвижные игры с мячом.  | Практическая работа |
| 8. | Творческий проект «Инсценировка песни» (по выбору).  | Творческое задание |
| 9. | Маршировка и пение.  | Практическая работа |
| Отработка маршевого шага.  |
| 10. | Упражнения на координацию движений.  | Практическая работа |
| Танцевальные элементы. |
| 11. | Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место». | Творческое задание |
| Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе» |
| 12. | Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Отбивай мяч». | Практическая работа |
| Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Вороны и воробьи». |
| 13. | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Космонавты». | Практическая работа |
| Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки» |
| 14. | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры». | Практическая работа |
| Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи». |
| 15. | Танец. «Полька». | Практическая работа |
| Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа. |
| Подготовительные упражнения к танцам.Вставание на полупальцы. |
| 16. | Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов. | Творческое задание |
| Упражнения ритмической гимнастики.Гимнастической палкой.Творческое задание «Веселая зарядка» |
| 17. | Специальные ритмические упражнения.Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. | Практическая работа |
| Теоретические сведения.Что такое ритмический рисунок. |
| Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.  «Вороны и воробьи». |
| 18. | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место». | Практическая работа |
| Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе» |
| Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч». |
| 19 | Танец. «Полька». | Практическая работа |
| Элемент танца.«Шаг польки». |
| Элемент танца. «Хороводный шаг». |
| 20. | Упражнения ритмической гимнастики..С мячом. | Творческое задание |
| Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов. |
| 21 | Упражнение на связь движений с музыкой. | Практическая работа |
| Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы. |
| Специальные ритмические упражнения.Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). |
| 22 | Теоретические сведения.Понятие о фразе и предложении в музыке. | Практическая работа |
| Упражнения ритмической гимнастикиС короткой скакалкой. |
| 23 | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. | Творческое задание |
| 24. | Танцы. Элементы танцевПодготовительные упражнения к танцам.Выставление ноги на носок. | Практическая работа |
| 25. | Упражнения ритмической гимнастики.С гимнастической палкой.Творческий проект «Палочка-выручалочка» | Практическая работа |
| 26 | Игра «Покажи жестами» | Творческое задание |
| Упражнения и игры со скакалкойДыхательные и релаксирующие упражнения |
| 27 | Прохлопывание ритма песен | Творческое задание |
| Упражнения на координацию движений |
| Игра «Догадайся! Что это?» |
| 28 | Разучивание музыкальной игры | Практическая работа |
| Упражнения с мячом |
| Передача характера музыки в движении. |
| 29 | Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку. | Практическая работа |
| Разучивание игры «День-ночь». |
| Движения в парах. |
| Игра «Море волнуется». |
| 30 | Упражнения на координацию движений Игра «Одиннадцать». | Практическая работа |
| Игры «Через границу». |
| Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки» |
| 31 | Отработка маршевого шага. | Практическая работа |
| Маршировка и пение. |
| Ритмические упражнения со скакалкой. |
| Релаксирующие упражнения  |
| 32 | Музыкально-ритмические движения  | Творческое задание |
| Игра ««Великаны и гномы»».  |
| Подвижные игры с мячом. |
| 33 | Игровая программаТворческое задание «Любимые танцы» | Творческое задание |
| 34 | Проведение игр и конкурсов с детьми младших классов | Творческое задание |

**Особенности реализации курса внеурочной деятельности**

**для детей с ОВЗ**

 При планировании занятий по внеурочной деятельности для учащихся с ОВЗ учитывается подготовленность этих детей по предлагаемому курсу и связанных с ним предмету, их психологические особенности, а именно слабое развитие памяти, речи учащихся данного класса.

 Рабочая программа составлена с учетом особенностей данной категории детей, испытывающих стойкие трудности в обучении и требующих специально коррекционно- развивающей направленности образовательного процесса. Для этих учащихся характерны повышенная истощаемость центральной нервной системы и, в связи с этим сниженная работоспособность, недостаточность произвольного внимания, плохо развиты навыки самостоятельной работы и самоконтроля, инерция психических процессов, слабая память – все эти и другие особенности учащихся с ОВЗ являются основной причиной их стойкой неуспеваемости в учебе. Все это сочетается с индивидуальным подходом к ребенку, учитывается уровень его подготовленности, особенности личности, работоспособность, внимание, целенаправленность при выполнении заданий.

 В творческом развитии и художественно-эстетическом воспитании детей с ограниченными возможностями используются следующие виды деятельности: музыкально-ритмические движения, пение, слушание музыки, игра музыкальные и спортивные, танцевальные движения и др.

Музыкальный материал для работы с детьми с нарушением в развитии отличается:

* простотой и выразительностью;
* доступностью восприятия и исполнения;
* небольшим объёмом;
* частым повторением заданий;
* коррекционно-развивающей направленностью.

 Занятия ритмикой в процессе восприятия музыкального произведения помогает детям с проблемами в развитии научиться художественно оформлять свои движения. Выполнение музыкально-ритмических движений способствует: активизации общей музыкальности, активизации творческих способностей, помогает сделать занятия более красочным, запоминающимся, создает нужную эмоциональную реакцию на уроке.

Движения должны быть простыми, легко выполнимыми без специальной тренировки, ритмичными, соответствовать настроению музыки.

 В качестве форм контроля могут использоваться творческие задания, анализ музыкальных произведений, музыкальные викторины, уроки-концерты, творческие задания и проекты.