

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
Муниципальное казенное учреждение
"Управление образования городского округа Заречный"
МБОУ ГО Заречный "СОШ №4"

РАССМОТРЕНО

рук. метод.
объединения

Ковалева Н.В.

Протокол №1 от «29»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР

Уфимцева Н.А.

от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор

Гришина Валентина
Сергеевна

Приказ №94 Од/р от «30»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности

Ритмика

для обучающихся 1-4 классов

(реализация ФГОС НОО ЗПР по ФАООП НОО ОВЗ)

г. Заречный,
2023 год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Коррекционный курс «Ритмика» разработан в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с ОВЗ и с учётом Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с ЗПР.

Коррекционный курс «Ритмика» является обязательной частью коррекционно-развивающей области ФАОП образования обучающихся с ЗПР и является обязательным для освоения, удовлетворяя особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с ЗПР.

В соответствии с обозначенными во ФГОС образования обучающихся с ЗПР особыми образовательными потребностями определяются общие **задачи** коррекционного курса:

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Основные **направления** работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;

танцевальные упражнения.

Место коррекционного курса «Ритмика» в учебном плане

Коррекционный курс «Ритмика» является обязательной частью коррекционно-развивающей области ФАООП НОО обучающихся с ЗПР.

Общее число часов, отведённых на изучение коррекционного курса «Ритмика» в начальной школе составляет 135 ч. (1 час в неделю в каждом классе):

1 класс - 33 ч.; 2-4 классы - 34 ч.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

В 1 классе следующие разделы:

«Музыка и движение» (основные упражнения и основные упражнения в парах), «Движения и речь»,

«Музыка и танец».

«***Музыка и движение***» (основные упражнения) (1-4 классы) является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп. В первой четверти 1 класса детей желательно научить двигаться в темпе музыки, помочь им овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, упражнения на расслабления мышц и др.

Раздел «***Движение и речь***» направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. В этот период обучения (2 четверть) важно закреплять умения детей выполнять движения

под музыку, поэтому обязательно осуществляется повторение пройденного в первой четверти и проводятся игры под музыку.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Обучающиеся повторяют уже изученные и осваивают новые: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

В третьей четверти продолжается изучение раздела «Музыка и движение», где основные упражнения осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и построиться назад в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

Конец третьей и вся четвертая четверть посвящены изучению раздела *«Музыка и танец»*. Сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы и пляски. К концу учебного года дети обычно выучивают комплекс общеразвивающих упражнений, могут выполнять его под контролем взрослого. Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп. 2-4 классы.

Программа по ритмике содержит 4 раздела:

"Музыка и движения";

"Музыка и танец";

"Музыка и народный танец";

"Музыка, танец, музыкальные инструменты".

На каждом занятии осуществляется работа по всем четырем разделам программы. Однако в зависимости от целей и задач конкретного занятия учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению), имея в виду, что в начале и конце каждого урока должны выполняться упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

"Музыка и танец"

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.

Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

"Музыка и народный танец"

Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4 — ходьбы, бега, прыжков, поскоков. Сохранение и быстрое изменение темпа и характера движения с изменением темпа или характера музыкального сопровождения. Включение в движение одновременно с началом звучания музыки и прекращение движения с окончанием музыки. Движения и упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног. Ходьба и бег в колонне по одному, парами, по четыре — с соблюдением дистанции, враспынную. Бег между предметами, не задевая их, не наталкиваясь на товарищей. Перестроение на ходу в колонне, изменение направления движения с изменением движения мелодии, нахождение определенного места в помещении.

"Музыка, танец, музыкальные инструменты"

Танцевальные движения, знакомство с новыми элементами танца и движениями: бег мягкий, перекаточный, острый, с высоким подниманием бедра. Пружинные шаг и бег, полуприседание. Шаг с носка на пятку, скользящий шаг, поскок. Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед и в сторону, на носок вперед, в сторону, назад. Повороты кистей, плавное поднятие и опускание рук вперед, вверх, в стороны. Шаги польки вперед и назад. Основные шаги местных народных танцев. Танцевальные композиции русского танца, круговые пляски, движения под современные ритмы.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с УО *личностные результаты* освоения АООП должны отражать:

осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
 способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
 формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
 развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
 развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
 формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям
 развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
 овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
 владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, в том числе с использованием информационных технологий;
 способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации.

**Календарно – тематическое планирование
 по ритмике,
 1 класс – 33 часа**

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
Музыка и движения (основные упражнения) (8 ч)		
1	Вводное занятие	1
2	«Слушаем и двигаемся»	1
3,	«Построения и перестроения»	1
4	«Построения и перестроения»	1
5	«Шаги»	1
6	«Попрыгаем»	1
7	«Попрыгаем»	1
8	«Повторим» (обобщение).	1
Движения и речь (7 ч)		

9	«Повторим» (повторение).	1
10	«Построения и перестроения с речевками».	1
11	«Скажу и сделаю сам».	1
12	«Скажу и сделаю сам».	1
13	«Скажу и сделаю, послушаю и сделаю».	1
14	«Скажу и сделаю, послушаю и сделаю».	1
15	«Скажем и сделаем» (обобщение).	1
Музыка и движения (основные упражнения в парах) (4 ч)		
16	«Скажем и сделаем» (повторение).	1
17	«Найди пару».	1
18	«Делаем вместе».	1
19	«Делаем вместе с речевками».	1
«Музыка и танец»(6 ч)		
20	«Танцевальные движения».	1
21	«Танец «Приглашение».	1
22	«Танец «Всадники» (изучение прямого галопа).	1
23	«Танец «Всадники» (исполнение).	1
24	«Потанцуем».	1
25	«Потанцуем».	1
Музыка и танец» (8 ч)		
26	«Русская пляска» (шаги).	1
27	«Русская пляска» (притопы).	1
28	«Русская пляска» (элементы танца).	1
29	Танец «Ковырялочка».	1
30	«Галоп в парах» (элементы танца).	1
31	«Галоп в парах» (танец).	1
32	«Потанцуем».	1
33	«Потанцуем».	1
	Всего часов:	33

**Календарно – тематическое планирование
по ритмике,
2 класс – 34 часа**

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
"Музыка и движения" (8 ч)		
1	Повторение пройденного в первом классе	1
2	Повторение построений, перестроений шагов	1
3	Повторение танцев	1
4	Основные позиции рук	1
5	Танец в парах с использованием предметов	1
6	Танец в парах с использованием предметов	1
7	"Потанцуем"	1
8	"Повторим"	1
"Музыка и танец" (7 ч)		
9,10	Танец с использованием предметов	2
11,12,13	Танец с построениями и перестроениями	3
14,15	"Потанцуем"	2
"Музыка и народный танец" (7 ч)		
16	Повторение изученных танцев	1
17,18	Танец с притопываниями и хлопками	2
19, 20	Танец с поскоками	2
21,22	Танец с предметами	2
"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 ч)		
23,24,25	Танец с применением музыкальных инструментов	3
26	Повторение танцев	1
27, 28	Ритмодекламации (под музыку и без музыки)	2
29,30,31	Декламация песен под музыку в хороводе	3
32,33	Танец с предметами	2
34	Отчетный концерт	1
Всего часов:		34

**Календарно – тематическое планирование
по ритмике,
3 класс – 34 часа**

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
"Музыка и движения" (8 ч)		
1	Повторение движений, пройденных во втором классе	1
2, 3	Повторение танцев	2
4,5	Гимнастические композиции в парах	2
6,7	Гимнастические композиции с построениями и перестроениями	2
8	"Потанцуем"	1
"Музыка и танец" (7 ч)		
9,10, 11	Танцевальный шаг польки	3
12,13,14	Танцы с разными шагами для хоровода	3
15	"Потанцуем"	1
"Музыка и народный танец" (7 ч)		
16	Повторение изученных танцев	1
17,18	Народный танец с предметами	2
19,20	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания	2
21, 22	Сложный русский танец	2
"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 ч)		
23, 24,25	Сложный русский танец с использованием ложек	3
26	Повторение танцев	1
"Музыка, движение, речь" (8 ч)		
27	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки)	1
28,29,30	Декламация песен под музыку в танце	3
31,32	Танец с индивидуальными выступлениями	2
33	Отчетный концерт	1
34	Отчетный концерт	1
Всего часов:		34

**Календарно – тематическое планирование
по ритмике,
4 класс – 34 часа**

№ урока	Название темы	Кол-во часов
"Музыка и движения" (8 часов)		
1	Повторение движений, пройденных в третьем классе	1
2,3,4	Повторение танцев	3
5, 6	Гимнастические композиции в парах	2
7, 8	Гимнастические композиции с построениями и перестроениями	2
"Музыка и народный танец" (7 часов)		
9,10,11	Композиция народного танца	3
12,13,14	Народный танец	3
15	"Потанцуем"	1
"Музыка и танец" (7 часов)		
16	Танцевальный шаг	1
17,18,19	Народный танец с предметами	3
20,21,22	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания	3
"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 часа)		
23,24	Сложный русский танец	2
25,26	"Потанцуем"	2
"Музыка, движение, речь" (8 часов)		
27,28,29	Декламация песен под музыку в танце	3
30,31,32	Отчетный концерт	3
33,34	Урок-смотр знаний	2
	Всего часов:	34

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646116746743375933883833707902081325236681597657

Владелец Гришина Валентина Сергеевна

Действителен с 02.03.2023 по 01.03.2024