

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Муниципальное казенное учреждение "Управление образования

Шарыповского муниципального округа"

МБОУ Парнинская СОШ им. Героя Советского Союза Г.С. Елисеева

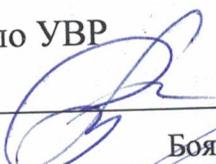
РАССМОТРЕНО

на ШМО
гуманитарного цикла


Кибалина Е.Н.
Протокол № 1 от «31»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР


Боярская Т.Ю.
Протокол № 25 от «31»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор


Ефремова О. Н.
Приказ № 153.1 от «31»
августа 2023 г.

АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Ритмика»

для обучающихся 5 класса

с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями)

Варианты 1, 2

с. Парная, 2023

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Красноярского края
Муниципальное казенное учреждение "Управление образования Шарыповского муниципального
округа"
МБОУ Парнинская СОШ им. Героя Советского Союза Г.С. Елисеева

РАССМОТРЕНО

на ШМО гуманитарного цикла

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Кибалина Е.Н.

Протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

Боярская Т. Ю.

Протокол № 25 от «31» августа 2023 г.

Ефремова О. Н.

Приказ № 153.1 от «31» августа 2023 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Ритмика»

для обучающихся 5 класса

с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями)

Варианты 1, 2

с. Парная, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) общеобразовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

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

Место предмета в учебном плане:

Занятия по данной программе проводятся в форме урока. На изучение предмета «Ритмика» отводится в 5 классе 34 часа; На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, только дифференцированный подход в обучении.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний.

Программа определяет содержание предмета и учитывает особенности познавательной деятельности детей, обучающихся по программе VIII вида. 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:

- 1 способствовать коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности
- 2 ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;
- 3 исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
- 4 развивать у учащихся речь, художественный вкус,
- 5 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.

Содержание учебного предмета 5 класс (34 часа- 1 час в неделю)

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 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

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. 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 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. 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).

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 поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

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

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

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.

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.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

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

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.

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС**

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изучения | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|---|------------------|-----------------------|------------------------|------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | | |
| 1. | Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки. | 1 | | | | |
| 2. | Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3. | 1 | | | | |
| 3. | Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге. | 1 | | | | |
| 4. | Упражнения ритмической гимнастики 1.Без предметов. 2.Короткой скакалкой. | 1 | | | | |
| 5. | Упражнения ритмической | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|-----|--|---|--|--|--|--|
| | гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой. | | | | | |
| 6. | Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни. | 1 | | | | |
| 7. | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Чижи в клетке. 2.Кот и мыши. | 1 | | | | |
| 8. | Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой. | 1 | | | | |
| 9. | Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь. | 1 | | | | |
| 10. | Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками. | 1 | | | | |
| 11. | Упражнения ритмической гимнастики. 1.Короткой скакалкой. | 1 | | | | |
| 12. | Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой. | 1 | | | | |
| 13. | Подготовительные упражнения к | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|-----|--|---|--|--|--|--|
| | танцам. 1.Выставление ноги на носок. | | | | | |
| 14. | Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп). | 1 | | | | |
| 15. | Танцы. Круговой галоп. | 1 | | | | |
| 16. | Подвижные музыкально- ритмические и речевые игры. 1.Салки, руки на стену. | 1 | | | | |
| 17. | Подвижные музыкально- ритмические и речевые игры. Два Мороза. | 1 | | | | |
| 18. | Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой. | 1 | | | | |
| 19. | Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке. | 1 | | | | |
| 20. | Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). | 1 | | | | |
| 21. | Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|--|--|--|--|
| | началом каждой музыкальной фразы. | | | | | |
| 22. | Упражнения ритмической гимнастики. 1.Без предметов. 2.С мячом. | 1 | | | | |
| 23. | Элементы танцев. 1.Хороводный шаг. 2.Шаг польки. | 1 | | | | |
| 24. | Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька». | 1 | | | | |
| 25. | Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Пустое место». 2. «Мяч в воздухе» 1. «Отбивай мяч». 2. «Вороны и воробы». | 1 | | | | |
| 26. | Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. | 1 | | | | |
| 27. | Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. | 1 | | | | |
| 28. | Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой. | 1 | | | | |
| 29. | Упражнения ритмической гимнастики. | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|--|--|--|--|
| | Без предметов. | | | | | |
| 30. | Подготовительные упражнения к танцам. 1. Вставание на полупальцы. | 1 | | | | |
| 31. | Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа. | 1 | | | | |
| 32. | Танцы. «Полька». | 1 | | | | |
| 33. | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Космонавты». | 1 | | | | |
| 34. | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 2. «Лиса и куры». 3. «Охотники и утки» | 1 | | | | |

