

РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ ЗАВЕТИНСКИЙ РАЙОН САВДЯНСКОЕ
СЕЛЬСКОЕ ПОСЕЛЕНИЕ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ САВДЯНСКАЯ СРЕДНЯЯ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ И.Т.ТАРАНОВА

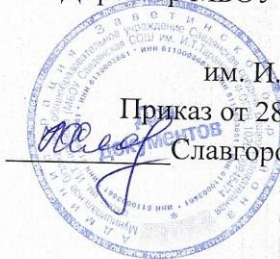
«Утверждаю»

Директор МБОУ Савдянской
СОШ

им. И. Т.Таранова

Приказ от 28.08.24 №158

Славгородская Ю.В.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По курсу внеурочной деятельности
«Ритмика»

Уровень общего образования (класс) среднее общее образование 8 класс, для
индивидуального обучения: Сорокопуд Никиты, Дадуева Адама.

Количество часов: 68 ч

Учитель: Емцева Екатерина Александровна

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных
(коррекционных). Под редакцией В.В.Воронковой. М.: «Просвещение»

1. «Пояснительная записка»

Преподавание ритмики в МБОУ Савдянской СОШ им. И.Т. Таранова необходимо для осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

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

Внеурочная деятельность организуется в соответствии с соответствующими нормативными документами и методическими рекомендациями:

- Законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2021 № 64101)
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. №ТВ–1290/03 «О направлении методических рекомендаций»
- Письмо Минпросвещения России от 17.06.2022 г. № 03-871 «Об организации занятий «Разговоры о важном».
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20).
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21).
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р) и Плана мероприятий по её реализации в 2021 — 2025 годах (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945).

- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400).
- Федеральных государственных образовательных стандартов (далее — ФГОС) начального общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286), основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287), среднего общего образования (Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413).
- Приказом Министерства Просвещения РФ от 11.12.2020 №712 «О внесении изменений в некоторые федеральные государственные образовательные стандарты общего образования по вопросам воспитания обучающихся».
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 г № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
- Письмом МОиН РФ от 18.08.2017 №09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».
- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 05.09.2018 г. №03-ПГ-МП42216 «Об участии учеников муниципальных и государственных школ Российской Федерации во внеурочной деятельности».
- Уставом МБОУ Савдянской СОШ им. И. Т. Таранова
- Основной образовательной программой МБОУ Савдянской СОШ им. И. Т. Таранов

Программа рассчитана на 68 часов, фактически будет проведено 68 часов , в соответствии с расписанием календарным графиком МБОУ Савдянской СОШ им И.Т. Таранова.

Цели: Основными целями изучения курса внеурочной деятельности «Ритмика» в системе основного общего образования являются:

- формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, развитие воображения, творческого потенциала ребенка, желания и умения подходить к любой своей деятельности творчески, способностей к эмоционально-ценностному отношению к искусству и окружающему миру, навыков сотрудничества в художественной деятельности;
- художественно-эстетическое развитие учащегося как внешнее условие социализации личности, как способ его вхождения в мир человеческой культуры, как способ самопознания и самоидентификации;
- овладение элементарной физической грамотой, формирование художественного кругозора и приобретение опыта работы в различных видах художественно- творческой деятельности; совершенствование эстетического вкуса;- формирование художественной культуры как неотъемлемой части культуры духовной, культуры мироощущений, выработанных поколениями;
- воспитание гражданственности и патриотизма.

Задачи:

- укрепление здоровья;
- содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию;- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- совершенствование кондиционных двигательных качеств (мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростной силы) и координационных способностей;- способствование развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;- содействие оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата -формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия;- способствовать расширению кругозора, знаний в области физической культуры, формированию знаний, умений и навыков в области движений, танца и музыки;- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания;- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, гибкости, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях;- содействовать развитию творческих и созидательных способностей - мышления, воображения, находчивости, познавательной активности;- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность);
- формирование потребности ребенка самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;

- воспитание самостоятельности, раскрепощенности, умения творчески выражать свои эмоции и мысли в танцевальных движениях;
- поддержание стремления к разумному лидерству, инициативности;
- воспитание трудолюбия, готовности к взаимопомощи;
- воспитание уважения к педагогам, партнерам по танцу.

2. «Содержание учебного предмета»

8 класс (68 часов-2 часа в неделю)

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

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 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, 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.

3.Результат освоения курса внеурочной деятельности «Ритмика»(личностные, метапредметные и предметные)

При изучении ритмики обеспечивается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

-воспитание российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою.

Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

-формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающее социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

-формирование уважительного отношения к истории и культуре других народов;

-развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности;

-формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

-развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера;
- формирование индивидуально-личностных позиций учащихся;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности,
- развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- осознанное использование художественных средств в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей;
- планирование и регуляция своей деятельности;
- использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями предмета «Ритмика»;
- оценивание правильности выполнения учебной задачи, собственных возможностей её решения;
- оценивание своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
- формирование и развитие творческого мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;
- готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео - сопровождением;
- соблюдать нормы этики и этикета.

Предметные результаты:

В познавательной сфере:

- овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;
- физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;
- формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов гимнастики, умением их использовать в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
- расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на

развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма;

-развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях, танцевальных конкурсах; - сформированность первоначальных представлений о роли музыки в жизни человека, ее роли в духовно-нравственном развитии человека;- сформированность основ музыкальной культуры танца, развитие художественного вкуса и интереса к музыкальному и танцевальному искусству; -умение воспринимать музыку и выражать свое отношение к ней; -использование музыкальных образов при создании театрализованных и музыкально- пластических композиций; -сформированность основ художественной культуры, в том числе на материале культуры родного края; эстетического отношения к миру; понимание красоты как ценности; потребности в художественном творчестве и в общении с искусством;

в мотивационной сфере:

-оценивание своей способности к труду в конкретной предметной деятельности;
осознание ответственности за качество результатов труда;
-согласование своих потребностей и требований с потребностями и требованиями
других участников познавательно-трудовой деятельности;

в эстетической сфере:

-готовность к нравственному совершенствованию, духовному саморазвитию;
-формирование первоначальных представлений о светской этике;
-умение выражать себя в доступных видах и формах художественно-прикладного творчества; художественное оформление объекта труда и оптимальное планирование работ;

в коммуникативной сфере:

-практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности; действовать с учетом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми; удовлетворительно владеть нормами и техникой общения; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнера, выбирать адекватные стратегии коммуникации; -сравнение разных точек зрения перед принятием решения и осуществлением выбора; аргументирование своей точки зрения, отстаивание в споре своей позиции невраждебным для оппонентов образом; -адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; овладение устной и письменной речью; построение монологических контекстных

высказываний; публичная презентация и защита проекта изделия, продукта труда или услуги;

в физиолого-психологической сфере:

- развитие моторики и координации движения рук при работе с ручными инструментами и выполнении операций; достижение необходимой точности движения при выполнении различных технологических операций;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность(режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);

4 .Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Контроль	Дата
1	Дыхательные и релаксирующие упражнения Игры («Холодно-горячо»)	1	Текущий	2.09
2	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	Текущий	4.09
3	Ритмико-гимнастические упражнения Игра «Поехали – поехали» (повторение).	1	Текущий	9.09
4	Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1	Текущий	11.09
5	Ритмические упражнения с мячом.	1	Текущий	16.09
6	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	Текущий	18.09
7	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	Текущий	23.09
8	Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1	Текущий	25.09
9	Упражнения на координацию движений.	1	Текущий	30.09
10	Игра «Соседи»	1	Текущий	2.10
11	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	Текущий	7.10
12	«Отбивай мяч».	1	Текущий	9.10
13	«Вороны и воробьи».	1	Текущий	14.10
14	Танец. «Полька».	1	Текущий	16.10
15	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	Текущий	21.10
16	Вставание на полу пальцы.	1	Текущий	23.10
17	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	Текущий	6.11
18	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	Текущий	11.11
19	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	Текущий	13.11

20	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	Текущий	18.11
21	Танец. «Травушка-муравушка».	1	Текущий	20.11
22	Танец. «Полька».	1	Текущий	25.11
23	Упражнения ритмической гимнастики с мячом.	1	Текущий	27.11
24	Упражнение на связь движений с музыкой.	1	Текущий	2.12
25	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	Текущий	4.12
26	Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз).	1	Текущий	9.12
27	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	Текущий	11.12
28	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	Текущий	16.12
29	Танцы. Круговой галоп.	1	Текущий	18.12
30	Похлопывание ритма песен	1	Текущий	23.12
31	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	Текущий	25.12
32	Упражнения на координацию движений	1	Текущий	28.12
33	Упражнения на поскоки	1	Текущий	13.01
34	Марш по периметру зала, отработка поворотов.	1	Текущий	15.01
35	Приставной и переменный шаг вперёд, в сторону, назад.	1	Текущий	20.01
36	Упражнения на связь движений с музыкой.	1	Текущий	22.01
37	Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	1	Текущий	27.01
38	Упражнения ритмической гимнастики .Без предметов.	1	Текущий	29.01
39	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Чижи в клетке.	1	Текущий	3.02
40	Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	Текущий	5.02
41	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	Текущий	10.02
42	Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями	1	Текущий	12.02

43	Танцы. «Травушка-муравушка»	1	Текущий	17.02
44	Элементы танцев. «Наездники»	1	Текущий	19.02
45	Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз).	1	Текущий	24.02
46	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	Текущий	26.02
47	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	Текущий	3.03
48	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	Текущий	5.03
49	Упражнения с мячом Игра «Догадайся! Что это?»	1	Текущий	10.03
50	Движения в парах. Игра «Море волнуется»	1	Текущий	12.03
51	Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру»	1	Текущий	17.03
52	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. 1 «Космонавты».	1	Текущий	19.03
53	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	Текущий	2.04
54	Подготовительные упражнения к танцам повторные три прихода.	1	Текущий	7.04
55	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка	1	Текущий	9.04
56	Игра «Поехали – поехали»	1	Текущий	14.04
57	Упражнения на расслабление мышц	1	Текущий	16.04
58	Инсценировка песни.	1	Текущий	21.04
59	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1	Текущий	23.04
60	Игра «Ищи игрушку»	1	Текущий	28.04
61	Упражнения для снятия утомления с рук	1	Текущий	30.04
62	Упражнения для снятия утомления с мелких мышц кисти	1	Текущий	5.05
63	Упражнения для снятия утомления с плечевого пояса	1	Текущий	7.05
64	Упражнения на координацию движений	1	Текущий	12.05
65	Упражнения для мышц пресса	1	Текущий	14.05

66	Ходьба и бег по ориентирам	1	Текущий	19.05
67	Правильное исходное положение рук, ног, туловища	1	Текущий	21.05
68	Построение и перестроение	1	Текущий	26.05

«Лист корректировки календарно – тематического планирования».

[illegible]

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

подпись 28 08 2024 года

ПОДПИСЬ 28 08 2024 года