

Областное казенное общеобразовательное учреждение «Тёткинская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

**«Рассмотрена и
принята»**

на заседании
педагогического совета
Протокол № 6
от 30.05.2025г.

«Согласовано»

Зам. директора по УР



/Сергиенко Н.И.

«Утверждаю»

Директор ОКОУ «Тёткинская
школа-интернат»

 Бабкина Н.Н.
Приказ №9/1 от 18.07.2025 г.



**Рабочая программа коррекционного курса
«Ритмика»**

Учитель: Руппель Е.С.

Класс: 8А

Всего часов в год: 34

Всего часов в неделю: 1

Срок реализации: 1 год

пгт. Тёткино, 2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 8а классе, разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа учебного предмета разработана на основе следующих документов:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г № 273 ФЗ.
2. Приказ Министерства образования РФ № 1599 от 19.12.2014г. «Об утверждении ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями»;
3. Приказ Министерства просвещения № 1026 от 24.11.2022 г. «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
4. Приказ министерства просвещения РФ от 21 сентября 2021 г. №858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников» с изменениями, внесенными приказом Минпросвещения России от 21 февраля 2024г. №119;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
7. АООП УО (вариант 1) ОКОУ «Тёткинская школа-интернат»;
8. Учебный план АООП УО (вариант 1) V-IX классов на 2025-2026 учебный год ОКОУ «Тёткинская школа-интернат»;
9. Положение об адаптированной рабочей программе учебного предмета ОКОУ «Тёткинская школа-интернат».

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «Ритмика» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. Данная программа направлена на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Цели и задачи:

Цель – формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих задач:

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально-ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- приобщение к музыке, восприятие, различие и понимание специфических средств музыкального «языка»: высота звука, динамика, темп;

- усвоение несложных музыкальных форм, развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Обучение в школе-интернате имеет коррекционно-развивающий характер и направлено на преодоление отклонений в физическом развитии, познавательной деятельности, на восстановление, формирование и развитие двигательных функций воспитанников. Организация учебного процесса предполагает применение специальных методов и приемов обучения и воспитания. Специальные коррекционные задачи в значительной степени определяют содержание обучения.

Учитывая психофизические особенности и особенности познавательной сферы учащихся, дополнительно поставлены следующие коррекционные задачи:

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти;
- развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве;
- развитие мелкой моторики;
- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела;
- развитие внимания;
- формирование положительной мотивации.

Программа рассчитана на 1 год обучения. На учебный предмет «Ритмика» по учебному плану в 8-х классах отведено 34 часа.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа «Ритмика» предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Актуальность и новизна.

Актуальность данной программы состоит в том, что в процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. 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, развития 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. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Новизной образовательной программы является целостный, комплексный подход в определении целей и задач обучения и воспитания, способствующих успешному личностному самовыражению ребёнка. Образовательная программа «Народно-сценический танец» направлена на создание целостной культурно-эстетической среды для успешного развития ребенка. Под культурно-эстетической средой понимается совокупность следующих условий организации жизнедеятельности обучающихся

- предложение различных видов деятельности: танца, игры, познания, общения для творческого самовыражения;
- приоритет духовно-нравственных ценностей в организации образовательного процесса и творческой жизни коллектива класса.

Цель и задачи рабочей программы

Цель программы - формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи программы -

- 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 движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора
- 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 развитие музыкальных образов, 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.

Предполагаемые результаты.

Результаты первого уровня:

приобретение учащимися представлений о темпе, ритме, амплитуде движений, способности выполнить определённые танцевальные движения;
-приобретение обучающимися знаний о правилах групповой работы, основ этикета и грамотной манеры поведения в обществе, представлений об актёрском мастерстве, получение сведений о танцах разных народов и различных эпох и формирование позитивного отношения школьника к традициям других народов, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер,

Результаты второго уровня:

развитие ценностного отношения обучающихся к культуре, труду, воспитание чувства сопереживания к товарищам;
- развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни.
- гармонизация развития обучающихся, расширение рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей обучающихся в области истории, географии, литературы, фольклора;

Результаты третьего уровня:

- приобретение опыта публичного выступления;
- зная об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;

конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике,

- приобретение умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.

К концу курса обучения учащиеся овладеют программным материалом. У учащихся сформирована и сохранена правильная осанка, укреплен мышечный корсет средствами классического, народного и бального танцев, воспитана культура движения. Развита потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни. Ученики научатся соединять музыку с движением, работать в ритме музыки, работать в паре, в коллективе, проводить самостоятельно разминку и выполнять определённые комплексы упражнений для отдельных групп мышц и подвижности суставов. Учащимися освоены азы ритмики, азбуки классического танца, изучены танцевальные элементы, исполнение балльных и народных танцев и воспитана способность к танцевально – музыкальной импровизации, получены навыки публичных выступлений.

Содержание тем учебного курса

№ п/п	Название темы	Количество часов
1	«Упражнения на ориентировку в пространстве»	9
2	«Ритмико-гимнастические упражнения»	10
3	«Балет»»	4
4	«Танцевальные упражнения»	4
5	«Танцы народов мира»	7
	итого	34

Требования к уровню подготовки по ритмике.

Учащиеся должны уметь:

Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

Различать двухчастную и трёхчастную форму в музыке.

Отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.

Чётко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время весёлой, задорной, пляски.

Различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Календарно – тематическое планирование по ритмике 8а класс

№	Тема	Дата	
		По план	Фактич
1	Введение. Что такое ритмика.		
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.		
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).		

4	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.		
5	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.		
6	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.		
7	Понятие о рабочей и опорной ноге.		
8	Танцевальная азбука		
1	Элементы классического танца		
2	Элементы Народно — сценического танца.		
3	Детские бальные и народные танцы.		
4	Образные танцы (игровые).		
5	Беседы по хореографическому искусств		
6	История балета.		
7	Танцы народов РФ.		
8	Ритмика, элементы музыкальной грамоты.		
9	Понятие здоровый образ жизни		
1	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.		
2	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.		
3	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.		
4	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.		
5	Танцевальный элемент «Марш».		
6	Ритмические упражнения «Притопы», «Припляс».		
7	Русский народный танец «Полька».		
8	Русский народный танец «Каблучок»		
9	Русский народный танец «Каблучок», «Ковырялочка»		
1	Русский народный танец «Каблучок», «Ковырялочка», «Гармошка».		
2	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.		
3	Бальный танец «Вальс».		
4	Игровые двигательные упражнения с предметами.		
5	Понятия о жанрах хореографии, об особенностях танцев народов мира.		
6	Термины, принятые в хореографии, их правильное произношение и написание.		
7	Итоговый урок		

СПИСОК УЧЕБНОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

- С.Д. Руднева, Э.М. Фиш. «Ритмика. Музыкальное движение». М.: Просвещение, 1972.
- Г.А. Калдоницкий. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» (учебно-методическое пособие для педагогов). М. 1998.
- Л.И. Ярмолович. «Классический танец» (методическое пособие). ЛГХУ им. А.Я. Вагановой. М.; Россия» 1959.
- Т.Т. Ротерс. «Музыкально-ритмическое воспитание». М.: «Просвещение». 1989.
- Т.Ткаченко. «Народный танец». М. Искусство. 1954.
- Ю.В.Новиков. «Азбука здоровья». 1991.
- С.И..Бекина и др. «Музыка и движение». Просвещение. 1983.

- А.Я. Ваганова. «Основы классического танца». С.-Пб, 2012 .
- И.В. Быстренина. «Народные танцы». М.: Искусство.
- Т.К.Васильева. «Секрет танца». С.- П. 1997.
- О.А. Иванова. «Формула красоты». М.1990.
- «Современный балетный танец» под ред. В.М. Стриганова и В.И. Уральской. М.: Просвещение. 1977.
- Л. Буц. «Для вас, девочки!» (Упражнения художественной гимнастики. Хореография.)
- Т. Устинова. «Русские танцы». М.: 1955.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2010 год.
- Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2011г.
- Детский фитнес. М., 2006.
- Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., 2006.
- Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М.,2008.
- Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 2005.
- Мошкова Е.И. Ритмика и балетные танцы для начальной и средней школы. М., 2008.
- ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.
- ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.