

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение –
Тыгишская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрено:
на заседании МАП
протокол № 1 *July*
от «24» августа 2023 г.

Согласовано:
Заместитель директора по УВР
[подпись] /Е.С. Лихачева/
«28» августа 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МАОУ-Тыгишской СОШ
№ 01-05/489 от «31» августа 2023 г.
[подпись] Д.Е. Пермикина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Ритмика»

(художественно-эстетическая творческая деятельность)

(приложение к Адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) МАОУ-Тыгишской СОШ на 2023-2028 г)

Уровень обучения (класс) 9 основное общее образование
Количество часов: 34 часов
Учитель: Паластрова Татьяна Сергеевна, 1 квалификационная категория
Срок реализации: 2023 – 2024 гг.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей
- метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий
- предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

9 класс

Личностные результаты

- развитие навыков коммуникации и принятие норм социального взаимодействия;
- формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нём;
- освоение социальной роли обучающегося;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- проявление доброжелательности и взаимопомощи;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие мотивации к учению, работе на результат;
- развитие бережного отношения к природе;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- развитие самостоятельности: выполнение задания без текущего контроля учителя;
- овладеть социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- осознание себя как гражданина России.

Предметные результаты Минимальный

уровень:

- уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Достаточный уровень:

- знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;
- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;
- знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;
- уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

Содержание учебного курса

9 класс

- ПБР. Дыхательные и релаксирующие упражнения.
- Упражнения с мячом.

- Музыкально-ритмические движения.
- Музыкально-ритмические движения.
- Ритмико-гимнастические упражнения.
- Релаксирующие упражнения.
- Подвижные игры с музыкальным сопровождением.
- Ритмические упражнения.
- Упражнения на координацию движений.
- Танцевальные элементы.
- Подготовительные упражнения к танцам
- Упражнения ритмической гимнастики.
- Упражнения ритмической гимнастики.
- Специальные ритмические упражнения.
- Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.
- Ритмический рисунок.
- Упражнение на связь движений с музыкой.
- Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.
- Подготовительные упражнения к танцам.
- Прохлопывание ритма песен.
- Дыхательные и релаксирующие упражнения.
- Упражнения на координацию движений.
- Марш по периметру зала, отработка поворотов.
- Передача характера музыки в движении.
- Движения в парах.
- Комплекс танцевальных упражнений.
- Восприятие упражнений на слух.
- Упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки с предметом на голове.
- Ходьба и бег в темпе музыки.
- Сочетание ритмических рисунков на ходьбе и хлопках.
- Работа стопы, подъемы и снижения на шагах.
- Согласование поворотов головы с движениями рук, ног, корпуса.
- Игры под музыку
- Элементы сценической выразительности в танце.

Тематическое планирование

9 класс

№	Тема раздела, урока	Количество часов
1	ПБР. Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1
2	Упражнения с мячом.	1
3	Музыкально-ритмические движения.	1
4	Музыкально-ритмические движения.	1
5	Ритмико-гимнастические упражнения.	1
6	Релаксирующие упражнения.	1
7	Подвижные игры с музыкальным сопровождением.	1
8	Ритмические упражнения.	1
9	Упражнения на координацию движений.	1
10	Танцевальные элементы.	1
11	Подготовительные упражнения к танцам	1
12	Упражнения ритмической гимнастики.	1
13	Упражнения ритмической гимнастики.	1
14	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1

15	Ритмический рисунок.	1
16	Упражнение на связь движений с музыкой.	1
17	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1
18	Подготовительные упражнения к танцам.	1
19	Прохлопывание ритма песен.	1
20	Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1
21	Упражнения на координацию движений.	1
22	Марш по периметру зала, отработка поворотов.	1
23	Передача характера музыки в движении.	1
24	Движения в парах.	1
25	Комплекс танцевальных упражнений.	1
26	Восприятие упражнений на слух.	1
27	Упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки с предметом на голове.	1
28	Ходьба и бег в темпе музыки.	1
29	Сочетание ритмических рисунков на ходьбе и хлопках.	1
30	Работа стопы, подъемы и снижения на шагах.	1
31	Согласование поворотов головы с движениями рук, ног, корпуса.	1
31- 32	Игры под музыку	2
33- 34	Элементы сценической выразительности в танце.	2

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 644336974853228904002341178330791503358059491618

Владелец Пермикина Дарья Евгеньевна

Действителен с 20.01.2023 по 20.01.2024