

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия хореографией способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

Рабочая программа коррекционно – развивающих занятий  внеурочной деятельности «Ритмика» составлена на основе:

 - Устава МБОУ «ШИ с. Омолон»;

- ООО ООП;

- Учебный план обучающихся с ОВЗ 5 класса МБОУ «ШИ с. Омолон» на 2019 – 2020 учебный год

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с ЗПР определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Цель предмета: всестороннее развитие ребенка с ОВЗ, формирование средствами музыки и ритмических  движений, разнообразных умений, способностей, качеств личности средствами танцевального искусства.

Задачи:

* развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического  и психического здоровья детей,
* развитие общей моторики,
* эмоционально-волевое развитие учащихся,
* использование специфических средств искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей,
* использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

Рабочая программа рассчитана на 2 год изучения в средней школе из расчета 1 час в неделю, всего – 68 часов

в 5 классе на 68 часа, 2 часа в неделю, 68 учебных недель;

в 6 классе на 68 часа, 2 часа в неделю, 68 учебных недель.

**Содержание программы**

**5 класс**

1. **Ритмика**

Ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения для развития музыкальности.

1. **Танцевальная азбука**

Упражнения, способствующие развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков в осанке, вырабатывающие умения владеть своим телом. Совершенствование двигательных навыков.

1. **Танец**

Разучивание танцевальных элементов, составление комбинации. Самостоятельное придумывание несложных танцев.

1. **Творческая деятельность**

Разучивание игр, этюдов, пантомимических сценок, творческая импровизация.

**6 класс**

1. **Ритмика**

Упражнения на развитие чувства ритма, музыкальности. Развитие мышечного чувства и чувства равновесия, быстроты, точности и скорости реакции.

1. **Танцевальная азбука**

Изучение основных позиций тела, рук и ног, постановки корпуса, способствующих коррекции двигательных навыков.

1. **Танец**

Разучивание танцевальных элементов, комбинации, составление и постановка танцев.

1. **Творческая деятельность**

Разучивание игр, этюдов, пантомимических сценок, творческая импровизация.

В результате реализации программы внеурочной деятельности   обеспечивается достижение обучающимися с ЗПР:

**Предметных результатов:**

**5 класс**

Минимальный уровень:

* овладение элементами музыкальной культуры, в процессе формирования интереса к музыкальному искусству и музыкальной деятельности;
* эмоциональное осознанное восприятие музыки во время слушания музыкальных произведений;
* способность к элементарному выражению своего отношения к музыке в слове (эмоциональный словарь), пластике, жесте, мимике;
* умение откликаться на музыку с помощью простейших движений и пластического интонирования;
* соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
* выполнять игровые и плясовые движения;
* выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
* начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень:

* понимание роли музыки в жизни человека, его духовно-нравственном развитии;
* сформированность элементарных эстетических суждений;
* способность к эмоциональному отклику на музыку разных жанров;
* умение воспринимать музыкальные произведения с ярко выраженным жизненным содержанием, определение их характера и настроения;
* умение откликаться на музыку с помощью простейших движений и пластического интонирования, драматизация пьес программного характера;
* уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в разных танцевальных рисунках;
* самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
* соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
* легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

**6 класс**

Минимальный уровень:

* уметь выполнять комплексы упражнений;
* уметь сознательно управлять своими движениями;
* определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
* правильно определять сильную долю в музыке и различать длительности нот;
* уметь грамотно исполнять движения;
* начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
* уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца.

Достаточный уровень:

* уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
* четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
* уметь работать в паре и синхронизировать движения.
* уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
* выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на 2/4, 3/4 и 4/4;
* владеть изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

**Календарно – тематическое планирование**

**5 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **урока** | **Тема** | **К-во часов** | **Дата** |
| **1 четверть** |
|  | **Танцевальная азбука** |
| 1 | Основное положение стоя. | 2 |  |
| 2 | Основное положение рук. | 2 |  |
| 3 | Исходные положения ног. | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 4 | Упражнение в напряжении и расслаблении мышц ног. | 2 |  |
|  | **Ритмика** |
| 5 | Раскачивание рук и корпуса. | 2 |  |
| 6 | Круговые махи рук (мельница) с усилением до прыжка. | 2 |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 7 | Выпады вперёд и в сторону с пружинным движением в колене. | 2 |  |
| 8 | Сгибание вперёд и разгибание корпуса (катушка). | 2 |  |
| **2 четверть** |  |  |
|  | **Танец** |
| 9 | Повороты корпуса. | 2 |  |
|  | **Танцевальная азбука** |
| 10 | Круговые махи одной рукой. | 2 |  |
| 11 | Отведение ноги назад махом (качание ноги) | 2 |  |
|  | **Ритмика** |
| 12 | Кто дольше стоит на полупальцах? | 2 |  |
| 13 | «Пружинка» (пружинное полуприседание, вставание на полупальцы), подпрыгивание | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 14 | Игра с мячом. Пружинное движение рук. | 2 |  |
| 15 | «Тяжёлые руки». Маховые движения. | 2 |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 16 | «Мельница» (круговые махи) | 2 |  |
| **3 четверть** |  |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 17 | «Поющие руки» (плавные движения рук). | 2 |  |
| 18 | «Спокойный рассказ» (плавные движения). | 2 |  |
| 19 | Решительный и настороженный шаг. | 2 |  |
|  | **Танцевальная азбука** |
| 20 | Пружинный шаг. | 2 |  |
| 21 | Ходьба на полупальцах. | 2 |  |
|  | **Ритмика** |
| 22 | Смена бега на шаг и обратно. | 2 |  |
| 23 | Игра «Ускоряй и замедляй». | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 24 | Игра «Нетерпеливые бегуны». | 2 |  |
| 25 | «Ручейки и потоки» (лёгкий и сильный бег). | 2 |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 26 | «Попрыгунчики» (лёгкое подпрыгивание на месте). | 2 |  |
| 27 | «Мячики» (острое подпрыгивание на месте). | 2 |  |
| **4 четверть** |  |  |
|  | **Танцевальная азбука** |
| 29 | «Заводим волчки» (поскоки на месте и кружение поскоками). | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 28 | «Радуемся солнышку» (сильные поскоки) | 2 |  |
| 30 | «Танцуем галопом». | 2 |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 31 | «Наездники» (прямой галоп). | 2 |  |
|  | **Ритмика** |
| 32 | Шаг с притопом на движение (дробный шаг) | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 33 | Выставление ноги на пятку с полуприседанием. | 2 |  |
| 34 | Танец "полька". | 2 |  |

**6 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **урока** | **Тема** | **К-во часов** | **Дата** |
| **1 четверть** |
|  | **Танцевальная азбука** |
| 1 | Основное положение стоя. | 2 |  |
| 2 | Основное положение рук. | 2 |  |
| 3 | Исходные положения ног. | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 4 | Упражнение в напряжении и расслаблении мышц ног. | 2 |  |
|  | **Ритмика** |
| 5 | Раскачивание рук и корпуса. | 2 |  |
| 6 | Круговые махи рук (мельница) с усилением до прыжка. | 2 |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 7 | Выпады вперёд и в сторону с пружинным движением в колене. | 2 |  |
| 8 | Сгибание вперёд и разгибание корпуса (катушка). | 2 |  |
| **2 четверть** |  |  |
|  | **Танец** |
| 9 | Повороты корпуса. | 2 |  |
|  | **Танцевальная азбука** |
| 10 | Круговые махи одной рукой. | 2 |  |
| 11 | Отведение ноги назад махом (качание ноги) | 2 |  |
|  | **Ритмика** |
| 12 | Кто дольше стоит на полупальцах? | 2 |  |
| 13 | «Пружинка» (пружинное полуприседание, вставание на полупальцы), подпрыгивание | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 14 | Игра с мячом. Пружинное движение рук. | 2 |  |
| 15 | «Тяжёлые руки». Маховые движения. | 2 |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 16 | «Мельница» (круговые махи) | 2 |  |
| **3 четверть** |  |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 17 | «Поющие руки» (плавные движения рук). | 2 |  |
| 18 | «Спокойный рассказ» (плавные движения). | 2 |  |
| 19 | Решительный и настороженный шаг. | 2 |  |
|  | **Танцевальная азбука** |
| 20 | Пружинный шаг. | 2 |  |
| 21 | Ходьба на полупальцах. | 2 |  |
|  | **Ритмика** |
| 22 | Смена бега на шаг и обратно. | 2 |  |
| 23 | Игра «Ускоряй и замедляй». | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 24 | Игра «Нетерпеливые бегуны». | 2 |  |
| 25 | «Ручейки и потоки» (лёгкий и сильный бег). | 2 |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 26 | «Попрыгунчики» (лёгкое подпрыгивание на месте). | 2 |  |
| 27 | «Мячики» (острое подпрыгивание на месте). | 2 |  |
| **4 четверть** |  |  |
|  | **Танцевальная азбука** |
| 29 | «Заводим волчки» (поскоки на месте и кружение поскоками). | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 28 | «Радуемся солнышку» (сильные поскоки) | 2 |  |
| 30 | «Танцуем галопом». | 2 |  |
|  | **Творческая деятельность** |
| 31 | «Наездники» (прямой галоп). | 2 |  |
|  | **Ритмика** |
| 32 | Шаг с притопом на движение (дробный шаг) | 2 |  |
|  | **Танец** |
| 33 | Выставление ноги на пятку с полуприседанием. | 2 |  |
| 34 | Танец "полька". | 2 |  |