


муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 44»

РАССМОТРЕНА  
на заседании МО  
протокол № 1  
от «30» августа 2023 г.  
Руководитель МО  
 Мищенко Ю.Ю.

ПРИНЯТА  
на педагогическом совете,  
протокол № 1  
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора № 107  
от «31» августа 2023 г.  
Директор  
 Я. А. Посадская

Программа

Коррекционного курса «Ритмика»

для обучающихся 5-9 классов с нарушениями зрения

Череповец

2023г

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для 5-9 классов составлена на основе следующих нормативных документов и материалов:

- «Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования», утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 и от 26.11.2010 г. № 1241.
- Основная образовательная программа основного общего образования муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Центр образования № 44».
- Учебный план муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Центр образования № 44».
- «Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений 4 вида (для детей с нарушением зрения)» п/ред. В. И. Плаксиной- раздел «Ритмика», -М.: Просвещение 1996 г.
- Программа для общеобразовательных школ: «Ритмике и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования, 2001 г.

**Цель программы:** развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки. На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся

### **Задачи:**

- Укреплять здоровье школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма.
- Совершенствовать жизненно-важные навыки и умения чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям.
- Развивать интерес к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развивать координацию движений, эстетический вкус, художественно-творческие и танцевальные способности, фантазию, память, кругозор.
- Формировать общие представления о культуре движений.
- Формировать культуру общения между собой и окружающими.
- Воспитать организованную, гармонически развитую личность.

- Развивать основы музыкальной культуры.
- Развивать музыкальность, способность становления музыкально-эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в достижениях.
- Развивать умения воспринимать музыкальные образы, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности.
- Формировать красивую осанку, выразительность пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

### Описание места коррекционного курса

Рабочая программа основного общего образования обучающихся по ритмике составлена в соответствии с количеством часов, указанных в учебном плане. Коррекционный курс «Ритмика» изучается в основной школе в объеме 170 ч, из них по 34 ч ежегодно.

| Класс                     | 5 класс | 6 класс | 7 класс | 8 класс | 9 класс |
|---------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|
| Количество часов в неделю | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       |

### Описание ценностных ориентиров содержания коррекционного курса

Содержание коррекционного курса «Ритмика» направлено на осуществление коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдается нарушение двигательных функций.

*Ценность жизни* – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

*Ценность человека* как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

*Ценность добра* – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности и любви.

*Ценность истины* – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

*Ценность семьи* как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

*Ценность труда и творчества* как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

*Ценность свободы* как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

*Ценность социальной солидарности* как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

*Ценность патриотизма* - одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

#### **Личностные, предметные и метапредметные результаты освоения учебного предмета**

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программ музыкально – ритмическому воспитанию являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по музыкально – ритмическому воспитанию являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

*Регулятивные универсальные учебные действия:*

Регулятивные действия- обеспечивают организацию учащимися своей учебной деятельности. К ним относятся: планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил, к определению препятствий.

*Познавательные универсальные учебные действия:*

Познавательные универсальные действия включают в себя:

- общеуниверсальные действия (выделение и формулирование познавательной оценки, поиск информации, структурирование знаний, выбор наиболее эффективного способа решения задач, рефлексия способов действия, контроль и оценка процесса, постановка проблемы, моделирование);

- логические универсальные действия (анализ объектов выделения признаков, синтез, классификация объектов, установление причинно-следственных связей, логическая цель рассуждений, доказательство, выдвижение гипотез и их обоснование);

- постановка и решение проблемы (формирование проблемы, самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера).

*Коммуникативные универсальные учебные действия:*

Коммуникативные учебные действия- обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участие в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное сотрудничество.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по предмету «Музыкальная ритмика» являются следующие умения:

- представлять музыкально – ритмические движения как средство укрепления здоровья и физического развития; - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;

- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных, изменяющихся, вариативных условиях.

*Ученик научится:* правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построение музыкального отрывка;

Отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слушать 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.

*Ученик получит возможность научиться:*

**Личностные результаты**

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения или нарушения моральной нормы.

Развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная оценка своих музыкально-творческих возможностей.

**Метапредметные результаты**

**Регулятивные:**

Преобразовывать практическую задачу в образовательную;

Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.

**Познавательные:** учащиеся получают возможность научиться основам балльных, исторических и современных танцев, правилам танцевального этикета.

**Коммуникативные:**

Продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;

С учетом целей достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

Умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

### **Содержание коррекционного курса**

Программа по ритмике для учащихся 5-9 классов включает следующие разделы:

- Теоретические сведения
- Упражнения ритмической гимнастики
- Танцевальные элементы и движения
- Танцы
- Музыкально-ритмические игры, творческие и самостоятельные задания.

#### **5 класс**

##### **1) Теоретические сведения: «Танец в жизни человека» (3 ч)**

а) Техника безопасности на уроке. Этикет занятий.

Вводное занятие. Проводится беседа с учащимися по технике безопасности на уроке. Знакомство с этикетом занятий в танцевальном зале.

б) Связь танцевального искусства с музыкой, литературой, изобразительным искусством (теория).

- Музыка и танец

в) Элементы русской пляски (дробь: удары полупальцами, «переборы», «дробная дорожка», «дробь с подскоком» и др.)

г) Фигуры групповых русских плясок («перехватка», «звездочка», «карусель», «качели», «ручеек», «волна», «щепочка»).

##### **Современные танцы (4 ч).**

1) Джазовые танцы (краткая справка). Рок-н-ролл (открытая и закрытая позиция; основные движения).

2) 2) Знакомство учащихся с современными танцевальными коллективами г. Череповца.

##### **2) Музыкально-ритмические игры, творческие и самостоятельные занятия (4 ч).**

Игры с музыкальным сопровождением.

Танец- импровизация. Составление танцевальных композиций на изученном материале. Выступления.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся 5 класса**

Обучающиеся должны иметь представление об истории возникновения бального танца.

Дети должны владеть элементами медленного танца и венского вальса и, если будет такая необходимость, уметь применять их в жизни.

Знать и уметь выполнить с группой учащихся фигуры хоровода и фигуры групповых русских плясок.

Обучающиеся должны хорошо владеть элементами русской пляски и уметь их применять в жизни.

Обучающиеся должны хорошо владеть комплексами гимнастических упражнений, уметь составить их грамотно и выполнить самостоятельно.

### **Содержание курса «Ритмика» в 6 классе**

#### **1) Теоретические сведения: «Танец в жизни человека» (3 ч)**

а) Техника безопасности на уроке. Этикет занятий.

Вводное занятие. Проводится беседа с учащимися по технике безопасности на уроке. Знакомство с этикетом занятий в танцевальном зале.

б) Связь танцевального искусства с музыкой, литературой, изобразительным искусством (теория).

- Музыка и танец

в) Элементы русской пляски (дробь: удары полупальцами, «переборы», «дробная дорожка», «дробь с подскоком» и др.)

г) Фигуры групповых русских плясок («перехватка», «звездочка», «карусель», «качели», «ручеек», «волна», «цепочка»).

#### **Современные танцы (4 ч).**

2) Джазовые танцы (краткая справка). Рок-н-ролл (открытая и закрытая позиция; основные движения).

3) 2) Знакомство учащихся с современными танцевальными коллективами г. Череповца.

#### **2) Музыкально-ритмические игры, творческие и самостоятельные занятия (4 ч).**

Игры с музыкальным сопровождением.

Танец- импровизация. Составление танцевальных композиций на изученном материале. Выступления.

### **Требования к уровню подготовки учащихся 6 класса**

Обучающиеся должны иметь представление об истории возникновения бального танца.



Дети должны владеть элементами медленного танца и венского вальса и, если будет такая необходимость, уметь применять их в жизни.

Знать и уметь выполнить с группой учащихся фигуры хоровода и фигуры групповых русских плясок.

Обучающиеся должны хорошо владеть элементами русской пляски и уметь их применять в жизни.

Обучающиеся должны хорошо владеть комплексами гимнастических упражнений, уметь составить их грамотно и выполнить самостоятельно.

### **Содержание курса «Ритмика» в 7 классе**

#### **1) Теоретические сведения (3 ч).**

а) Техника безопасности на уроке. Этикет занятий.

Вводное занятие. Проводится беседа с учащимися по технике безопасности на уроке.

б) Танцы и Петр 1 (историческая справка).

Роль Петра 1 в развития танцевального искусства в России (указ об ассамблеях 1 718 г., которые положили начало публичным баллам в России). Порядок прохождения ассамблей. Строгий церемониал исполнения танцев.

в) История цыганского танца. Виды: Танец русских цыган, «Венгерка». Особенности композиции. Выразительные средства танца.

#### **2) Упражнения ритмической гимнастики (12 ч).**

Выполнение комплексов гимнастических упражнений с предметами и без предметов. Составление и самостоятельное выполнение комплексов гимнастических упражнений.

#### **3) Танцевальные элементы и движения (3 ч).**

Развитие координации движений и чувства ритма (2 ч).

Элементы современного танца (1 ч).

#### **4) Танцы (12 ч).**

##### **Бальный танец (5 ч).**

- «Полонез» (2 ч)

Основной шаг. Положение в паре. Променад. Фигуры танца: колонна, коридор, поперечина.

- Танец «Самба» (3 ч).

Основное движение по одному, в парах; самба-ход на месте по одному, в парах; бота-фого по одному, в парах; виск по одному, в парах; виск с поворотом; самба-ход; самба-ход в променадной позиции; поворот под рукой; Вольта.

### **Танцы народов мира (2 ч)**

- Цыганский танец.

Основной ход, основной ход с прыжком в «кольцо», глубокие наклоны, повороты с раскрытием, приставной шаг, приставной шаг с флик-фляком, каблучное движение, дробный ход, дробный ход с раскрытием, поворот с раскрытием, движение плеч, хлопки, бег по кругу с движением юбкой.

### **Современный танец (5 ч)**

- Хип-хоп.

Кач, степ (шаги), связки.

### **5) Музыкально-ритмические игры, творческие и самостоятельные занятия (4 ч).**

Игры с музыкальным сопровождением. Танец- импровизация. Творческие задания.

Составление музыкальных композиций на изученном материале. Выступления.

Батл.

### **Требования к уровню подготовки учащихся 7 класса**

Обучающиеся должны знать правила безопасного поведения и этикета в танцевальном зале.

Иметь представление о роли Петра 1 в развитии танцевального искусства России.

Уметь выполнять основные шаги балльных танцев «Полонез» и «Самба», «Цыганочка».

Обучающиеся должны уметь двигаться в ритме предложенной музыки, владеть элементами современного танца и уметь применять их в жизни.

Обучающиеся должны хорошо владеть комплексами гимнастических упражнений, уметь грамотно их составить и выполнить самостоятельно.

### **Содержание курса «Ритмика» в 8 классе**

#### **2) Теоретические сведения (3 ч).**

а) Техника безопасности на уроке. Этикет занятий.

Вводное занятие. Проводится беседа с учащимися по технике безопасности на уроке.

б) Танцы и Петр 1 (историческая справка).

Роль Петра 1 в развития танцевального искусства в России (указ об ассамблеях 1 718 г., которые положили начало публичным баллам в России). Порядок прохождения ассамблей. Строгий церемониал исполнения танцев.

в) История цыганского танца. Виды: Танец русских цыган, «Венгерка». Особенности композиции. Выразительные средства танца.

## **2) Упражнения ритмической гимнастики (12 ч).**

Выполнение комплексов гимнастических упражнений с предметами и без предметов. Составление и самостоятельное выполнение комплексов гимнастических упражнений.

## **3) Танцевальные элементы и движения (3 ч).**

Развитие координации движений и чувства ритма (2 ч).

Элементы современного танца (1 ч).

## **4) Танцы (12 ч).**

### **Бальный танец (5 ч).**

- «Полонез» (2 ч)

Основной шаг. Положение в паре. Променад. Фигуры танца: колонна, коридор, поперечина.

- Танец «Самба» (3 ч).

Основное движение по одному, в парах; самба-ход на месте по одному, в парах; бота-фого по одному, в парах; виск по одному, в парах; виск с поворотом; самба-ход; самба-ход в променадной позиции; поворот под рукой; Вольта.

### **Танцы народов мира (2 ч)**

- Цыганский танец.

Основной ход, основной ход с прыжком в «кольцо», глубокие наклоны, повороты с раскрытием, приставной шаг, приставной шаг с флик-фляком, каблучное движение, дробный ход, дробный ход с раскрытием, поворот с раскрытием, движение плеч, хлопки, бег по кругу с движением юбкой.

### **Современный танец (5 ч)**

- Хип-хоп.

Кач, степ (шаги), связки.

## **5) Музыкально-ритмические игры, творческие и самостоятельные занятия (4 ч).**

Игры с музыкальным сопровождением. Танец- импровизация. Творческие задания.

Составление музыкальных композиций на изученном материале. Выступления.

Батл.

### **Требования к уровню подготовки учащихся 8 класса**

Обучающиеся должны знать правила безопасного поведения и этикета в танцевальном зале.

Иметь представление о роли Петра 1 в развитии танцевального искусства России.

Уметь выполнять основные шаги бальных танцев «Полонез» и «Самба», «Цыганочка».

Обучающиеся должны уметь двигаться в ритме предложенной музыки, владеть элементами современного танца и уметь применять их в жизни.

Обучающиеся должны хорошо владеть комплексами гимнастических упражнений, уметь грамотно их составить и выполнить самостоятельно.

### **Содержание курса «Ритмика» в 9 классе**

#### **3) Теоретические сведения (3 ч).**

а) Техника безопасности на уроке. Этикет занятий.

Вводное занятие. Проводится беседа с учащимися по технике безопасности на уроке.

б) Танцы и Петр 1 (историческая справка).

Роль Петра 1 в развития танцевального искусства в России (указ об ассамблеях 1718 г., которые положили начало публичным баллам в России). Порядок прохождения ассамблей. Строгий церемониал исполнения танцев.

в) История цыганского танца. Виды: Танец русских цыган, «Венгерка». Особенности композиции. Выразительные средства танца.

#### **2) Упражнения ритмической гимнастики (12 ч).**

Выполнение комплексов гимнастических упражнений с предметами и без предметов. Составление и самостоятельное выполнение комплексов гимнастических упражнений.

#### **3) Танцевальные элементы и движения (3 ч).**

Развитие координации движений и чувства ритма (2 ч).

Элементы современного танца (1 ч).

#### **4) Танцы (12 ч).**

##### **Бальный танец (5 ч).**

- «Полонез» (2 ч)

Основной шаг. Положение в паре. Променад. Фигуры танца: колонна, коридор, поперечина.

- Танец «Самба» (3 ч).

Основное движение по одному, в парах; самба-ход на месте по одному, в парах; бота-фого по одному, в парах; виск по одному, в парах; виск с поворотом; самба-ход; самба-ход в променадной позиции; поворот под рукой; Вольта.

##### **Танцы народов мира (2 ч)**

- Цыганский танец.

Основной ход, основной ход с прыжком в «кольцо», глубокие наклоны, повороты с раскрытием, приставной шаг, приставной шаг с флик-фляком, каблучное движение, дробный ход, дробный ход с раскрытием, поворот с раскрытием, движение плеч, хлопки, бег по кругу с движением юбкой.

### Современный танец (5 ч)

- Хип-хоп.

Кач, степ (шаги), связки.

### 5) Музыкально-ритмические игры, творческие и самостоятельные занятия (4 ч).

Игры с музыкальным сопровождением. Танец- импровизация. Творческие задания.

Составление музыкальных композиций на изученном материале. Выступления.

Батл.

### Требования к уровню подготовки учащихся 9 класса

Обучающиеся должны знать правила безопасного поведения и этикета в танцевальном зале.

Иметь представление о роли Петра 1 в развитии танцевального искусства России.

Уметь выполнять основные шаги бальных танцев «Полонез» и «Самба», «Цыганочка».

Обучающиеся должны уметь двигаться в ритме предложенной музыки, владеть элементами современного танца и уметь применять их в жизни.

Обучающиеся должны хорошо владеть комплексами гимнастических упражнений, уметь грамотно их составить и выполнить самостоятельно.

### Тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся

|   | 5 клас<br>с | 6 класс | 7 класс | 8 класс | 9 класс | Основные виды деятельности  |
|---|-------------|---------|---------|---------|---------|---|
| Теоретические сведения                    | 3 ч         | 3 ч     | 3 ч     | 3 ч     | 3 ч     | -беседы о технике безопасности, содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;<br>– выполнение физических упражнений на основе показа учителя, самостоятельно;<br>- выполнение основных двигательных движений в соответствии с заданием учителя;<br>– выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития |
| Упражнения ритмической гимнастики         | 10 ч        | 12 ч    | 12 ч    | 12 ч    | 10 ч    |   |
| Танцевальные элементы и движения          | 3 ч         | 3 ч     | 3 ч     | 3 ч     | 3 ч     |   |
| Танцы                                     | 12 ч        | 12 ч    | 12 ч    | 12 ч    | 14 ч    |   |
| Музыкально-ритмические игры, творческие и | 4 ч         | 4 ч     | 4 ч     | 4 ч     | 4 ч     |   |

|                         |      |      |      |      |      |   |
|-------------------------|------|------|------|------|------|---|
| самостоятельные занятия |      |      |      |      |      | мышц туловища;<br>- выполнение комплексов гимнастических упражнений с предметами и без предметов;<br>- составление танцевальных композиций на изученном материале;<br>- выполнение элементов русских плясок, элементов современного танца;<br>– совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах, танцах; |
| Всего                   | 34 ч | 34 ч | 34 ч | 34 ч | 34 ч |   |

## Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

### Учебно-методическое обеспечение

1. С. Д. Руднева, Э. М. Фиш. «Ритмика. Музыкальное движение». М.: Просвещение, 1972.
2. Г. А. Калдоницкий. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» (учебно-методическое пособие для педагогов). М. 1998.
3. Т. Т. Ротерс. «Музыкально-ритмическое воспитание». М.: «Просвещение». 1989.
4. Т. Ткаченко. «Народный танец». М. Искусство. 1954.
5. Т. Устинова. «Русские танцы». М.: 1955.
6. С. И. Бекина. Т. П. Ломова. Музыка и движение, 2011 г.
7. Т. Лисицкая. Гимнастика и танец. М., 2008.
8. И. В. Лифиц. Ритмика: учебное пособие. М., 2005.
9. Е. И. Мошкова. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 2008.

### Материально-техническое обеспечение

#### Спортивное оборудование:

- Коврики для выполнения упражнений.
- Обручи, мячи, гимнастические палки, спортивные гимнастические ленты.

#### Технические средства обучения:

- Музыкальный центр.

#### Экранно–звуковые пособия:

- Аудиоматериалы: музыка для бальных танцев, народных танцев, эстрадных танцев, мелодии релакс.
- Детские песни (ремиксы, оригиналы и минусовки); инструментальная и классическая музыка; народная музыка и песни.
- Наглядные демонстрационные пособия.