

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
"Средняя общеобразовательная школа № 20"**

«Рассмотрено» на заседании  
методического совета  
протокол № 1  
от « 28 » августа 2020г.

«Согласовано»  
Заместитель директора по УВР  
МБОУ «СОШ № 20»  
\_\_\_\_\_ Л.Н.Потехина  
" 01 " сентябрь 2020г.

«Утверждаю»  
Директор МБОУ «СОШ № 20»  
\_\_\_\_\_ А.С.Щепин  
Приказ № 98/1 от 02.09.2020г



**Рабочая программа  
Коррекционного курса внеурочной деятельности  
«РИТМИКА»  
ФГОС НОО для обучающихся с ОВЗ  
(обучающихся с задержкой психического развития. Вариант 7.2)**

п.Усолье-7, 2020

### **Содержание программы:**

1) Пояснительная записка.....	2-4
2) Общая характеристика курса «Ритмика».....	4-5
3) Описание места курса в учебном плане.....	5
4) Описание ценностных ориентиров содержания курса.....	5-7
5) Результаты освоения курса.....	7-8
6) Содержание курса «Ритмика».....	8-12
7) Тематическое планирование.....	12-19
8) Описание материально-технического обеспечения образовательного.....	20

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа коррекционного курса «Ритмика» для младших школьников с ЗПР разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ЗПР (вариант 7.2) МБОУ «СОШ № 20», в соответствии с требованиями ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ и Устава МБОУ «СОШ №20».

Теоретико-методологическим обоснованием программы являются труды: Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Б.Г. Ананьева, В.Н. Мясищева и других отечественных психологов, которые рассматривали общение как важное условие психического развития ученика, его социализации и индивидуализации, формирования личности, положение А.Н. Леонтьева о принципе единства сознания и деятельности, а также труды П. Я. Гальперина, В. В. Давыдова, А. Г. Асмолова, В. В. Рубцова. Базовым положением служит тезис о том, что развитие личности в системе образования обеспечивается прежде всего формированием универсальных учебных действий (УУД), выступающих в качестве основы образовательного и воспитательного процесса. Концепция универсальных учебных действий также учитывает опыт компетентностного подхода, в частности его правомерный акцент на достижение обучающимися способности эффективно использовать на практике полученные знания и навыки.

Обучающиеся по варианту 7.2. характеризуются уровнем развития несколько ниже возрастной нормы, отставание может проявляться в целом или локально в отдельных функциях (замедленный темп или неравномерное становление познавательной деятельности). Отмечаются нарушения внимания, памяти, восприятия и других познавательных процессов, умственной работоспособности и целенаправленности деятельности, в той или иной степени затрудняющие усвоение школьных норм и школьную адаптацию в целом.

Данный вариант характеризуется усилением внимания к формированию у обучающихся с ЗПР полноценных социальных (жизненных) компетенций; коррекции недостатков в психическом и (или) физическом развитии, оказанию помощи в освоении содержания образования и формированию готовности к продолжению образования на последующей ступени основного общего образования.

Обучающиеся с ЗПР имеют нарушения пространственной ориентировки, дети затрудняются в понимании инструкции с использованием понятий, обозначающих пространственные отношения. Несформированность системы произвольной регуляции нарушает выполнение программы действий. У данной категории детей может обнаружиться неравномерность темпа выполнения учебного действия, что ведет к выпадению одного из элементов действия или незавершению самого действия. Повышенная отвлекаемость приводит к многочисленным ошибкам выполнения учебного задания, снижает темп и результативность деятельности. Дети с ЗПР нуждаются в постоянном контроле и дополнительных стимулах.

Занятия ритмикой имеют большое значение для детей с задержкой психического развития. Это связано с тем, что характерные для них особенности нервно-психического склада, эмоционально-волевая и личностная незрелость, своеобразие деятельности и поведения, особенности двигательной и психической сферы, хорошо поддаются коррекции специфическими средствами воздействия на ребенка, свойственными ритмике.

У большинства детей с ЗПР наблюдаются следующие двигательные нарушения:

- нарушение координации движений;
- скованность при выполнении движений и упражнений;
- отсутствие плавности движений;

- недостаточная ритмичность, трудность формирования двигательного автоматизма;  
- двигательные персеверации.

Проблемы двигательной сферы у детей с ЗПР часто связаны не с нарушением опорно-двигательного аппарата, а с недоразвитием высших психических функций. У этих детей ослаблено формирование межанализаторных связей, снижено внимание, память, восприятие, мыслительное и речевое развитие. Недостатки формирования ВПФ тесно связаны с развитием общей, ручной и артикуляционной моторики ребенка.

На занятиях ритмики средствами музыки и специальных двигательных и психологических упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются такие важные для подготовки к школьному обучению личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения.

С давних пор музыка используется как лечебный фактор. Восприятие специально подобранной музыки не требует предварительной подготовки и доступно всем детям. Занятия ритмикой помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще, активизируют мышление. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка.

Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность, способствует формированию целенаправленной деятельности.

Данный коррекционно-развивающий курс направлен на коррекцию особенностей нервно-психического склада, своеобразия поведения и личностной реакции, а также эмоционально-волевой незрелости у детей с ЗПР.

**Целью** является создание условий для личностного развития обучающихся с ЗПР и коррекции отклонений в психическом и физическом развитии обучающихся с ЗПР, посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

**Основные задачи:**

- Укрепление здоровья, коррекция недостатков психомоторной и эмоционально-волевой сфер.
- Развитие общей и речевой моторики.
- Развитие умения слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением или пением.
- Развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция пространственной ориентировки.

Учитывая, что занятия ритмикой являются частью образовательной и коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ЗПР, можно выделить четыре основных направления работы с детьми, реализуемые на занятиях ритмикой:

- оздоровительное;
- образовательное;
- воспитательное;
- коррекционно-развивающее.

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

Коррекционный курс «Ритмика» вносит весомый вклад в общую систему

оздоровительной и коррекционно-развивающей работы, направленной на удовлетворение специфических образовательных потребностей обучающегося с ЗПР.

Содержание коррекционного курса построено на специальных дидактических принципах, предполагает использование адекватных методов и конкретных приемов, то у школьника пробуждается интерес к музыкально-ритмическим упражнениям, желание двигаться под музыку, совершенствуются двигательные навыки, проявляются возможности осознания своих затруднений и соответствующие попытки их преодоления.

В процессе выполнения различных упражнений активизируется работа разных групп мышц, происходит избирательное воздействие на определенные системы организма. Таким образом, укрепляется сердечная мышца, улучшается работа мышц брюшного пресса, диафрагмы, формируются навыки правильного дыхания, совершенствуются двигательные характеристики.

Курс «Ритмика» способствует развитию координации движений, пространственных ориентировок, произвольности и становлению навыков самоконтроля, учит обдумывать и планировать предстоящие действия, следить за правильностью выполнения задания, что совершенствует систему произвольной регуляции деятельности и значимо для организации учебной деятельности на других уроках и занятиях. У детей формируются такие необходимые качества личности, как целеустремленность и настойчивость в достижении результата.

Система коррекционной и развивающей работы базируется на следующих общедидактических принципах и принципах организации коррекционной и развивающей работы с детьми с ОВЗ в условиях школьного образовательного учреждения:

- принцип целенаправленного коррекционно-педагогического процесса,
- принцип целостности и системности коррекционно-педагогического процесса,
- принцип гуманистической направленности коррекционно-педагогического процесса и уважения к личности ребёнка,
- принцип сознательности и активности личности в целостном коррекционно-педагогическом процессе.
- принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач,
- принцип единства диагностики и коррекции,
- принцип планирования и организации коррекционно-воспитательной работы с учётом структуры дефекта, индивидуальных особенностей детей,
- принцип группировки учебного материала в разных разделах программы по темам, которые являются сквозными на весь период начального общего образования,
- принцип комплексного использования методов и приёмов коррекционно-педагогической деятельности,
- принцип компетентностного подхода,
- принцип учёта психофизического состояния ребёнка при определении объёма и характера проводимой с ним работы по освоению адаптивной образовательной программы,
- принцип взаимосвязи в работе специалистов,
- принцип дифференцированного подхода в коррекционной работе,
- принцип приоритетного формирования качеств личности, необходимых для социальной адаптации,
- принцип планирования и проведения коррекционно-развивающих мероприятий на основе сохранных функций у детей с ОВЗ,
- принцип интеграции усилий ближайшего социального окружения.

## 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Коррекционный курс «Ритмика» - это комплекс специальных занятий, на котором средствами музыки и специальных физических и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движений, развиваются важные для школьной готовности такие личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения.

Этот вид деятельности важен тем, что у детей с ОВЗ часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности.

Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение. Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве. Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений — научить детей с ОВЗ согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с

флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Занятия носят не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Занятия проводятся в специальном приспособленном просторном помещении, отвечающем по санитарно-гигиеническим характеристикам тем требованиям, которые предъявляются к помещениям для подобных занятий.

Оценка достижений результатов коррекционного курса:

-участие в классных и общешкольных праздниках и концертах;  
-применять полученные на занятиях ритмики знания и умения и навыки на уроках музыки, физической культуры и др.

Критерии оценки качества подготовки обучающегося позволяют определить уровень освоения материала, предусмотренного программой, в начале и в конце учебного года. При оценивании обучающегося следует учитывать:

- грамотное выполнение музыкально-ритмических заданий и упражнений;
- выразительное исполнение танца;
- наличие исполнительской культуры;
- музыкальное мышление.

Основным критерием оценок обучающегося, освоения коррекционного курса «Ритмика», является:

-задание выполнено ритмически точно выразительно, артистично, с личностным отношением, с пониманием жанровых особенностей (5 баллов);

- задание выполнено грамотно, но с наличием мелких ритмических недочетов: несоответствие темпа, пульсации, недостаточное владение выразительными средствами (4 балла).

- задание выполнено нестабильно, неуверительно по характеру, обучающийся недостаточно выразителен и активен (3 балла).

- при выполнении музыкально-ритмического задания допущены серьезные погрешности, обучающийся не выразителен, не активен (2 балла).

-отказ от выполнения задания, непринятие задания (1 балл).

### **3. МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Коррекционный курс «Ритмика» является частью внеурочной деятельности (коррекционно-развивающая область) учебного плана для детей с ЗПР. Данный курс рассчитан на младших школьников 1-4 классов. На изучение курса «Ритмика» в начальной школе отводится: 1-й класс – 33 часа в год, 1 час в неделю; 2-й класс – 34 часа в год, 1 час в неделю; 3-й класс – 34 часа в год, 1 час в неделю; 4-й класс – 34 часа в год, 1 час в неделю.

### **4. ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Коррекционный курс «Ритмика» тесно связан с обучением на занятиях физкультурой и музыкой. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на занятиях физкультурой и музыкой. На занятиях ритмики происходит

дальнейшее практическое освоение понятий, умений и навыков в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. Коррекционно-развивающие занятия ритмикой являются эффективной и адекватной формой проведения занятия при работе с детьми с ЗПР, построенного на сочетании музыки, движения и слова. Ритмика является одной из своеобразных форм активной терапии (с элементами кинезотерапии) средствами специально подобранных методов и методик, направленных на преодоление недостатков психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально-волевой сферы детей с ЗПР средствами музыкально-ритмической деятельности и психоразвивающих упражнений, построенных на сочетании движений, музыки и слова.

Включенные в занятие игры имеют особое значение. Они способствуют развитию произвольности движений и поведения, развитию мышления, личностных качеств детей. Соревновательный характер подвижной игры активизирует личностные, и познавательные качества ребёнка. Вызывает стремление осознать правила игры, даёт возможность почувствовать свое место в команде, свою роль в общей игре. Чтобы ребенку быть успешным в игре среди детей, ему необходимо вовремя включиться в деятельность, правильно выполнять движения и действия. Таким образом, предъявление на занятия ритмикой заданий в игровой форме и проведение игр позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающего воздействия, а при работе с детьми с ЗПР, иногда это и единственный способ решить на занятии все поставленные задачи. Следует также отметить, что игры создают благоприятные условия для развития творческого воображения.

Занятия ритмикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, у детей формируются правильное дыхание, развиваются моторные функции, воспитывается правильная осанка, походка, грация движений, что способствует в целом оздоровлению всего детского организма.

Таким образом, на первый план выходит необходимость первоначальной коррекции двигательной сферы детей с ЗПР на занятиях коррекционной ритмикой.

С помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка. Музыкально - ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка. Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность.

Критерии оценки качества подготовки обучающегося позволяют определить уровень освоения материала, предусмотренного программой, в начале и в конце учебного года. При оценивании обучающегося следует учитывать:

- грамотное выполнение музыкально-ритмических заданий и упражнений;
- выразительное исполнение танца;
- наличие исполнительской культуры;
- музыкальное мышление.

Основным критерием оценок обучающегося, освоения коррекционного курса «Музыкально-ритмические движения», является:

- задание выполнено ритмически точно выразительно, артистично, с личностным отношением, с пониманием жанровых особенностей (5 баллов);

- задание выполнено грамотно, но с наличием мелких ритмических недочетов: несоответствие темпа, пульсации, недостаточное владение выразительными средствами (4 балла).

- задание выполнено нестабильно, неуверенно по характеру, обучающийся недостаточно выразителен и активен (3 балла).

- при выполнении музыкально-ритмического задания допущены серьёзные

погрешности, обучающийся не выразителен, не активен (2 балла).

-отказ от выполнения задания, непринятие задания (1 балл).

## 5. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

### Планируемые результаты обучения коррекционного курса «Ритмика»

К числу планируемых результатов освоения курса 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.

Виды УУД	УУД
Регулятивные УУД	<ul style="list-style-type: none"><li>• учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</li><li>• планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;</li><li>• осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату (в случае работы в интерактивной среде пользоваться реакцией среды решения задачи);</li><li>• оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи и задачной области;</li><li>• адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;</li><li>• различать способ и результат действия;</li><li>• вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового более совершенного результата, использовать запись (фиксацию) в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках;</li><li>• выполнять учебные действия в материализованной, гипермедийной, громкоречевой и умственной форме.</li></ul>
Коммуникативные УУД	<ul style="list-style-type: none"><li>• учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;</li> <li>• контролировать действия партнера;</li> </ul>
Познавательные УУД	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <i>оценивать</i> подлинность хореографического искусства</li> <li>– <i>классифицировать</i> различные жанры танца;</li> <li>– соблюдать нормы избирательности в оценке потока современной хореографии;</li> <li>– <i>признавать</i> возможность существования разных точек зрения и права каждого иметь свою;</li> <li>– <i>продуцировать</i> разные стили хореографии в зависимости от творческой задачи;</li> <li>– <i>анализировать</i> литературу по вопросам искусства, хореографического в частности;</li> <li>– <i>осуществлять</i> творческую переработку танцевального материала ставить хореографические картинки-миниатюры</li> <li>– <i>воспроизводить</i> по предложенному танцевальному материалу увиденное</li> </ul>

## 6. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Материал программы включает следующие разделы:

### 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;

художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным приёмом преподавания.

### 2. Танцевальная азбука (тренаж).

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся. Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы заключается в декомпозиции их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздание образа движения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

### 3. Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный)

Этот раздел включает изучение народных плясок, а также знакомство обучающихся с простейшими танцевальными элементами и фигурами, с тренажем на середине зала, с современной пластикой. Обучающиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. Далее отрабатывается усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности, после чего разученные элементы собираются в единую композицию. Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного

творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

#### 4. Беседы по хореографическому искусству.

Проводятся систематически в течении всего курса обучения; включают в себя лекции по истории становления хореографического искусства, его специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства.

#### 5. Творческая деятельность.

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. Обучающимся представляется возможность поучаствовать в этюдах разного характера, танцевальных играх, где они могут проявить свои творческие способности.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

### **Содержание курса**

#### **1 год обучения.**

#### ***Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты». (8 часов)***

Ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры. Упражнения по формированию восприятия музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой. Ритмические игры с предметами, передача музыки посредством прохлопывания, простукивания ритма.

#### ***Раздел «Танцевальная азбука». (3 часа)***

Основные танцевальные правила, танцевальный этикет. Постановка корпуса, освоение понятий правой и левой ноги. Отработка хореографических поз исполнителя, положений фигуры по отношению к зрителю.

#### ***Раздел «Танец». (14 часов)***

Современная пластика:

1. партерная гимнастика;
2. тренаж на середине зала;
3. танцевальные движения;
4. композиции различной координационной сложности.

Ознакомление с танцами народов РФ:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

**Раздел «Беседы по хореографическому искусству» (2 часа)**

Становление и значение хореографического искусства, его роль в современной культуре. Известные деятели хореографического искусства.

**Раздел «Творческая деятельность» (6 часов)**

Игры: «Часики», «Мельница», «Качели», «Замри». Инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок, этюды для развития выразительности движений.

**Содержание курса**

**2 год обучения**

**Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты». (8 часов)**

Усложненные ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры. Упражнения по формированию восприятия музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой. Ритмические игры с предметами, передача музыки посредством прохлопывания, простукивания ритма.

**Раздел «Танцевальная азбука». (3 часа)**

Основные танцевальные правила, танцевальный этикет. Постановка корпуса, понятие правой и левой ноги. Постановка рук и ног у станка и на середине зала. Отработка хореографических поз исполнителя, положений фигуры по отношению к зрителю.

**Раздел «Танец». (15 часов)**

Танцевальные рисунки: диагональ, галочка. Тренаж на середине :

- партерная гимнастика;
- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

Танцы народов мира:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.
- исполнение композиций в малых группах

**Раздел «Беседы по хореографическому искусству» (2 часа)**

Становление и значение хореографического искусства, его роль в современной культуре. Известные деятели хореографического искусства. Современные хореографические коллективы, танцовщики и хореографы.

**Раздел «Творческая деятельность» (6 часов)**

Этюды, танцевальные игры «Сова», «Кукла».

Упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок; этюды для развития выразительности движений.

**Содержание курса**

**3 год обучения**

**Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты». (6 часов)**

Характер музыки, ритмический рисунок. Воспроизведение ритма, заданного музыкой или педагогом. Понятия марша, ритмического счета. Понятие «трех китов» в музыке.

***Раздел «Танцевальная азбука». (5 часов)***

Танцевальные точки, понятие рабочей и опорной ноги, шаги на 45°, 90°, 180° (по четвертям). Позиции рук и ног в народно-характерном танце, их отличие от классического танца.

***Раздел «Танец». (15 часов)***

Танцевальный шаг и бег, тройные и приставные шаги. Простые танцевальные движения для исполнения в паре, упражнения партерной гимнастики в группах и парах.

Бальные танцы эпохи средневековья, историко-бытовой танец.

***Раздел «Беседы по хореографическому искусству» (2 часа)***

Хореографические коллективы народного, бального, современного танца («Тодес», народный коллектив Игоря Моисеева и другие). Викторина «Танцевальные направления» с использованием видеофрагментов.

***Раздел «Творческая деятельность» (6 часов)***

Этюды, построенные на сменах рисунков. Импровизация с использованием музыкального сопровождения различного стиля и характера. Использование реквизита в танце.

**Содержание курса**

**4 год обучения**

***Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты». (6 часов)***

Характер музыки, ритмический рисунок. Воспроизведение ритма, заданного музыкой или педагогом. Понятие марша, ритмического счета. Построение ритмических схем и игр. Понятие «трех китов» в музыке.

***Раздел «Танцевальная азбука». (5 часов)***

Танцевальные точки, понятие рабочей и опорной ноги, шаги на 45°, 90°, 180° (по четвертям). Позиции рук и ног в народно-характерном танце, их отличие от классического танца. Виды поворотов, вращений, их модификации.

***Раздел «Танец». (15 часов)***

Танцевальный шаг и бег, тройные и приставные шаги. Простые танцевальные движения для исполнения в паре, упражнения партерной гимнастики в группах и парах.

Бальные танцы эпохи средневековья, историко-бытовой танец.

Основные элементы русского народного танца (ковырялочка, косынка, припадания и другие).

***Раздел «Беседы по хореографическому искусству» (2 часа)***

Хореографические коллективы народного, бального, современного танца Челябинска и Челябинской области. Викторина «Танцевальные направления» с использованием видеофрагментов.

***Раздел «Творческая деятельность» (6 часов)***

Этюды, построенные на сменах рисунков. Импровизация с использованием музыкального сопровождения различного стиля и характера. Парная и групповая импровизация. Игра на доверие.

### **Формы и методы обучения.**

В курсе обучения применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- вербальное сопровождение движений под музыку и т.д.
- наглядная демонстрация
- игра

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично. Практические методы основаны на активной деятельности самих воспитанников. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) *ступенчатый и игровой метод.*

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

## **7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### **1 класс**

<b>№ занятия</b>	<b>Тема</b>	<b>Практика</b>	<b>Теория</b>	<b>Общее количество во часов</b>
<b>Раздел 1. Ритмика и элементы музыкальной грамоты (8 часов)</b>				
1	Введение	Что так ое	1	1

	ритмика.			
2	Первый	подх од	к	1
				1

	ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).			
3	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1		1
4	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	1		1
5	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1		1
6	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1		1
7	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы	1		1
8	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1		1
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука (3 часа)</b>				
9	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1		1
10	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1		1
11	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение	1		1

	фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.			
<b>Раздел 3. Танец (14 часов)</b>				
12	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1		1
13	Ритмические упражнения.	1		
14	Упражнения  на расслабление мышц.	1		1
15	Синхронность  и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1		1
16	Танцевальная  зарядка. Упражнения для рук.	1		1
17	Упражнения  для профилактики	1		1

	плоскостопия.			
18	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1		1
19	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	1		1
20	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1		1
21	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1		1
22	Аэробика.	1		1
23-24	Гимнастика Parter.	1	1	2
25	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	1		1
<b>Раздел 4. Беседы по хореографическому искусству (2 часа)</b>				
26	Рассказ о становлении хореографии.		1	1
27	Знакомство с известными деятелями хореографического искусства		1	1
<b>Раздел 5. Творческая деятельность (6 часов)</b>				
28	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1	0	1
29-30	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	2		2
31	Музыкальные, танцевальные темы.	1		1
32-33	Танцевальные игры элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	2		2
<b>ИТОГО</b>		<b>30</b>	<b>3</b>	<b>33</b>

2 класс

№ занятия	Тема	Практика	Теория	Общее количество часов
<b>Раздел 1. Ритмика и элементы музыкальной грамоты (8 часов)</b>				
1	Введение. Что такое ритмика.	1		1
2	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания,	1		1

	притоп).			
3	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1		1
4	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	1		1
5	Прохлопывание ритмического  рисунка прозвучавшей мелодии.	1		1
6	Настроение в музыке и танце.  Характер исполнения.	1		1
7	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы	1		1
8	Понятие  размер. Музыкальная  фраза, длительность в музыке и танце.	1		1
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука (3 часа)</b>				
9	Основные  танцевальные правила.  Приветствие. Постановка корпуса.	1		1
10	Изучение позиций ног и рук в классическом танце	1		1
11	Основные  правила постановки у станка	1		1
<b>Раздел 3. Танец (14 часов)</b>				
12	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия,	1		1

	диагональ, галочка			
13	Ритмические упражнения.	1		
14	Упражнения на расслабление мышц.	1		1
15	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1		1
16	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	1		1
17	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1		1
18	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1		1
19	Упражнения для суставов.	1		1
20	Упражнения для развития плавности и мягкости	1		1

	движений. Пластичная гимнастика.			
21	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1		1
22	Аэробика.	1		1
23-24	Гимнастика Partner.	1	1	2
25-26	Танцы народов мира, их особенности и костюмы.	2		2
<b>Раздел 4. Беседы по хореографическому искусству (2 часа)</b>				
27	Рассказ о становлении хореографии.		1	1
28	Знакомство с известными деятелями хореографического искусства		1	1
<b>Раздел 5. Творческая деятельность (6 часов)</b>				
29	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1	0	1
30-31	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Сова», «Кукла».	2		2
32	Музыкальные, танцевальные темы.	1		1
33-34	Танцевальные игры элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	2		2
<b>ИТОГО</b>		<b>31</b>	<b>3</b>	<b>34</b>

### 3 класс

№ занятия	Тема	Практика	Теория	Общее количество часов
<b>Раздел 1. Ритмика и элементы музыкальной грамоты (6 часов)</b>				
1	Введение. Что такое	1		1

	ритмика.			
2	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1		1
3	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1		1
4	Три «кита» в музыке. Песня и танец.	1		1
5	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители,	1		1

	костюмы			
6	Марш. Понятие о марше, ритмический счет.	1		1
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука (5 часов)</b>				
7	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1		1
8	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1		1
9	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка.	1		1
10	Разучивание позиций рук и ног в народно-характерном танце	1		1
11	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	1		1
<b>Раздел 3. Танец (15 часов)</b>				
12	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом.	1		1
13	Фигуры в танце. Квадрат, круг, диагональ, клин.	1		1
14	Ритмические упражнения.	1		1
15	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	1		1
16	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	1		1
17	Урок-игра «Ловушка»,	1		1

	«Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).			
18	Приставные шаги. Синхронность.	1		1
19	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1		1
20	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре	1		1
21	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1		1
22	Гимнастика.  Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной	1		1

	осанки.			
23	Аэробика.	1		1
24-25	Гимнастика Parter. Работа в парах	1	1	2
26	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.	1		1
<b>Раздел 4. Беседы по хореографическому искусству (2 часа)</b>				
27	Рассказ об известных хореографических коллективах		1	1
28	Викторина «Танцевальные направления»		1	1
<b>Раздел 5. Творческая деятельность (6 часов)</b>				
29	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1		1
30-31	Этюдная работа. Смена рисунков.	2		2
32	Импровизация	1		1
33-34	Игровые двигательные упражнения с предметами.	2		2
ИТОГО		31	3	34

#### 4 класс

№ занятия	Тема	Практика	Теория	Общее количество часов
<b>Раздел 1. Ритмика и элементы музыкальной грамоты (6 часов)</b>				
1	Введение. Что такое ритмика.	1		1
2	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1		1
3	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1		1
4	Три «кита» в музыке.	1		1

	Песня и танец.			
5	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы	1		1
6	Марш. Понятие о марше, ритмический счет.	1		1
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука (5 часов)</b>				
7	Основные  танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1		1

8	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1		1
9	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка.	1		1
10	Разучивание позиций рук и ног.	1		1
11	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	1		1
<b>Раздел 3. Танец (15 часов)</b>				
12	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом.	1		1
13	Фигуры в танце. Квадрат, круг, диагональ, клин.	1		1
14	Ритмические упражнения «Притопы», «Припляс»..	1		1
15	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	1		1
16	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	1		1
17	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).	1		1
18	Приставные шаги. Синхронность.	1		1
19	Простейшие	1		1

	танцевальные элементы в форме игры.			
20	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре	1		1
21	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1		1
22	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1		1
23	Аэробика.	1		1
24-25	Гимнастика Partner.	1	1	2
26	Русский народный танец «Каблучок», «Ковырялочка», «Гармошка».	1		1

<b>Раздел 4. Беседы по хореографическому искусству (2 часа)</b>				
27	Рассказ об известных хореографических коллективах Челябинской области		1	1
28	Викторина «Танцевальные направления»		1	1
<b>Раздел 5. Творческая деятельность (6 часов)</b>				
29	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1	0	1
30-31	Этюдная работа. Смена рисунков.	2		2
32	Импровизация. Индивидуальная, парная	1		1
33-34	Игра «на доверие».	2		2
<b>ИТОГО</b>		<b>31</b>	<b>3</b>	<b>34</b>

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **Аудио и видео материалы**

### **Технические средства обучения**

- музыкальный центр
- ноутбук

### **Учебно-практическое оборудование:**

- аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления демонстрационного материала;
- зеркала
- реквизиты для танцевальных ритмических движений, игр.

### **Музыкальные инструменты**

- пианино
- комплект музыкальных инструментов;

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

- И.Г. Лопухина. Речь, Ритм, Движение, С-П изд-во «Дельта»
- Элементарное музыкальное воспитание по системе Карла Орфа /Под ред. Л.А.Барейбойма. - М.
- Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение
- Е.А. Медведева. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. Изд. центр «Академия»
- Е. Д. Макшанцева Детские забавы. Москва «Просвещение»
- Е. Черенкова Оригинальные пальчиковые игры. Москва «Рипол классик»
- «Воспитание и обучение детей с нарушениями развития» методический и практический журнал. Ооо Изд. «Школьная пресса»
- Фирилева, Ж. Е. Ритмика в школе. Третий урок физической культуры / Ж.Е. Фирилева, А.И. Рябчиков, О.В. Загрядская. - М.: