

<p>«Рассмотрено» Руководитель МО</p> <p>_____ /Старостенко А.Н./ Протокол № 1 от «__» августа 2020 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР</p> <p>_____ / Мухина В.В./ от «__» августа 2020 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор школы</p> <p>_____ / Абдулова Е.С./ Приказ № от «__» августа 2020 г.</p>
--	--	---

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Шумская средняя общеобразовательная школа»

Адаптированная рабочая программа
для детей с ограниченными возможностями здоровья
(умеренная умственная отсталость)

«Пение и ритмика»

6 класс (обучение на дому)

Учитель первой квалификационной категории
Зазнобова О.А.

2020 - 2021 учебный год

Пояснительная записка

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, его творческих возможностей. Искусство танца подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятие танцем формируют правильную осанку, прививают основы этики.

Программа адресована обучающимся с умеренной степенью умственной отсталости шестого года обучения.

Цели и задачи

Основной целью музыкального воспитания является овладение детьми музыкальной культурой, развитие музыкальности учащихся.

Исходя из целей специальной программы для обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями), музыка, пение, ритмика решает следующие задачи:

Задачи образовательные:

- формировать знания о музыке с помощью изучения произведений различных жанров;
- формировать музыкально-эстетический словарь;
- формировать ориентировку в средствах музыкальной выразительности;
- развивать чувство ритма, речевую активность, звуковысотный слух, музыкальную память и способность реагировать на музыку;

Задачи воспитывающие:

- помочь самовыражению умственно отсталых школьников через занятия музыкальной деятельностью;
- способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения;
- содействовать приобретению навыков искреннего, глубокого и свободного общения с окружающими, развивать эмоциональную отзывчивость;
- активизировать творческие способности.

Задачи коррекционно-развивающие:

- корригировать отклонения в интеллектуальном развитии;
- корригировать нарушения звукопроизносительной стороны речи.

Уроки ритмики являются дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психологического напряжения.

Важнейшее значение для музыкально – ритмического воспитания имеет правильный подбор музыкальных произведений. Весь материал курса построен на высокохудожественных образах русской и зарубежной классической и народной музыки, детского музыкального материала (песни, считалки), что, несомненно, способствует развитию и воспитанию музыкального вкуса детей.

На практических занятиях дети осваивают музыкальную природу искусства. У них развиваются ассоциативная память, внимание, творческие способности, а также инициатива и воображение, фантазия, умение передать характер музыки и содержание образа движением. укрепляет мышцы и связки, становятся подвижными суставы, совершенствуются движения. Танец помогает ребенку раскрепоститься, побывать актером, обрести уверенность в себе.

Основной спецификой подготовительной части урока является уравнивание деструктивных нервно-психических процессов. На занятиях ребёнок знакомится с элементами музыкальной грамоты, изучает в движении средства музыкальной выразительности (темп, ритм, способы исполнения). Ритмичные упражнения развивают координацию движений, быстроту реакции, ориентировку в пространстве, исправляют природные недостатки (сутулость, развернутость стоп и т.п.). В ходе занятий особое внимание уделяется технике: прямая спина, ходьба с правильным положением корпуса, легкость в беге, гибкость корпуса

Структура программы

Упражнения на ориентировку в пространстве

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

Ритмические, гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие).

Игры под музыку

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения

Повторение элементов танца. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

Основные требования к умениям учащегося

Учащийся должен уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без

лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- 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;
- ясно и четко произносить слова в песнях подвижного характера;
- различать разнообразные по характеру и звучанию марши, танцы.

Учащийся должен знать:

- современные детские песни для самостоятельного исполнения;
- народные музыкальные инструменты и их звучание (домра, мандолина, баян, гусли, свирель, гармонь, трещотка, деревянные ложки, бас-балалайка)
- особенности мелодического голосоведения (плавно, отрывисто, скачкообразно);
- особенности музыкального языка современной детской песни, ее идейное и художественное содержание.

Объем и сроки изучения

Согласно учебному плану МКОУ «Шумская СОШ» _____ на изучение предмета музыки и ритмики отводится 8,5 часа в год (по 0,25 часа в неделю).

Ожидаемые результаты обучения:

К концу обучения обучающийся должен:

знать:

- современные детские песни для самостоятельного исполнения;
- народные музыкальные инструменты и их звучание (домра, мандолина, баян, гусли, свирель, гармонь, трещотка, деревянные ложки, балалайка);
- особенности мелодического голосоведения (плавно, отрывисто, скачкообразно);
- особенности музыкального языка современной детской песни, ее идейное и художественное содержание.

уметь:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- 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..

**Календарно-тематическое планирование
Пение, ритмика (8.5 ч) 6класс**

№ п/п	Тема урока	Дата		Примечание
		по плану	по факту	
1	Мелодия – душа музыки. Образ природы в музыке «Осень».			
2	Муз. Чайковского. (беседа о характере музыки и возникающих образах – определять тему, настроение музыки, уметь устно «рисовать» картину, пейзаж). (рефлексия на расслабление мышц).			
3	Небесное и земное в звуках и красках. «Во поле береза стояла» — муз. П. Чайковского. (песня для прослушивания, беседа о характере музыки и возникающих образах).			
4	Упражнения на расслабление мышц.			
5	Музыкальные инструменты России: оркестр русских народных инструментов.			
6	Прослушивание «Гори, гори ясно, чтобы не погасло!». «Светит месяц»..			
7	Ритмические упражнения под музыку «Гори, гори ясно, чтобы не погасло!».			
8	Обряды и праздники русского народа - колокольный звон. (музыка для прослушивания).			
9	Работа с колокольчиками в ритм мелодии.			
10	Музыкальные инструменты народных гуляний. «Ах вы, сени мои, сени.»			
11	Русская народная песня. Ритмические упражнения под музыку.			

12	Праздничная пляска» - муз. М. Красева. (Прыжки и поскоки. Выполнение основных элементов танца.)			
13	Упражнения на расслабление мышц			
14	«Спортивный марш» - муз. Н. Дунаевского, сл. В. Лебедева – Кумача. Упражнения на координацию движений			
15	Беседа о характере музыки и возникающих образах			
16	Разучивание логоритмической песенки «Надо спортом заниматься»			
17	Ритмические упражнения и игры под музыку «Узнай по голосу» - муз. В. Ребикова.			
18	Различение на слух звучания различных инструментов			
19	Прохлопывание ритмического рисунка по подражанию.			
20	Прохлопывание ритмического рисунка мелодий. «Барабанчики» - муз. Д. Кабалевского, С. Левидова, Э. Парлова.			
21	Прослушивание и обсуждение песни «Пусть всегда будет солнце»			
22	Разучивание песни «Пусть всегда будет солнце»			
23	Исполнение движений по выбору на заданную мелодию.			
24	Отбивание ритма по музыку марша.			
25	Прослушивание и заучивание русских народных загадок, считалок.			
26	Прослушивание и заучивание русских народных прибауток.			
27	Игры с музыкальным сопровождением на развитие моторики рук, ног			
28	Прослушивание «Песни мамонтёнка»			

29	Логоритмические упражнения под музыкальный ритм.			
30	Прохлопывание ритмического рисунка по подражанию.			
31	Различение на слух звучания различных инструментов			
32	Ритмические упражнения под музыку			
33	Игры с музыкальным сопровождением на развитие моторики рук, ног			
34	Игры с музыкальным сопровождением на развитие моторики рук, ног			