МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 12»

г. Тобольск

Конспект занятия по ритмике. 8 класс. (ФАООП УО (вариант 1))

Тема: «Первый подход к ритмическому исполнению».

Автор:

Шестакова Ольга Васильевна

Учитель физической культуры

МАОУ СОШ № 12.

2024 г.

Пояснительная записка

Особенностью детей с ОВЗ часто является нарушение координации, слабое развитие коммуникативных качеств, отстраненное отношение к музыкальным произведениям. Предлагаемый конспект занятия подразумевает развитие учащегося в данных областях.

Данное занятие является частью обязательного коррекционно-развивающего курса «Ритмика» ФАООП УО (вариант 1). В процессе занятия решаются основные задачи: 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, коррекции общей и речевой моторики, пространственной ориентировки; привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности.

Занятие основывается на решении основных задач реализации содержания предметной области «Адаптивная физическая культура»: Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование и совершенствование основных двигательных качеств: ловкости, выносливости и др.; воспитание нравственных качеств и свойств личности.

Занятие способствует достижению личностных результатов:

Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину; развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками; формирование установки на безопасный здоровый образ жизни, работе на результат.

В процессе занятия решаются предметные результаты освоения АООП:

Музыка: владение элементами музыкальной культуры, интерес к музыкальному искусству и музыкальной деятельности.

Адаптивная физическая культура: вовлечение в систематические занятия физической культурой и доступными видами спорта; овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия).

Интеграция ритмики и музыкального развития способствует задействию большего участка головного мозга, активации мыслительных и координационных центров, развитие нервной, мышечной систем организма ребенка. Соединяя движения и музыку, учащийся учится не только правильно воспроизводить упражнения, но, также, критически относиться к выполнению движений. А развитие координации положительно сказывается и в других сферах его деятельности, включая коммуникативную сферу.

Процесс развития происходит от простого к сложному, создавая комфортные условия выполнения упражнения в зоне ближайшего развития ребенка. А обучение в индивидуальном режиме, или обучении малыми группами создает ощущение защищенности и поддержки в нужный момент.

Также такая форма занятия с использованием обучению ритмическому рисунку с помощью воспроизведения песен успешно себя показала не только при проведении занятий по аэробике, физкультуре или музыке, а также при подготовке команд к школьному конкурсу по строевой подготовке.

Конспект

занятия по ритмике. 8 класс. (ФАООП УО (вариант 1))

Тема: Первый подход к ритмическому исполнению.

Задачи:

1. Научить ритмично исполнять различные мелодии.

2. Воспитание информационной, коммуникативной и глобальной функциональной грамотности. Развитие чувства ритма, координации.

3. Воспитание настойчивости, внимания.

**Продолжительность занятия**: 40 минут

**Место проведения**: спортивный зал со средней линией на площадке.

**Оборудование и инвентарь**: массажные мячи; аудио проигрыватель; альбомы музыкальных треков для бега, ОРУ, песен; музыкальные инструменты: палочки, барабан, дудка, металлофон, свисток.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Ход занятия | Дозировка | ОМУ |
| 1 | 1. Подготовительная часть. | 3-5 мин. | Подготовить музыкальные композиции и средство воспроизведения.  Подготовить различные музыкальные инструменты: палочки, барабан, дудка, металлофон. |
| 2 | 1. Вводная часть    1. Приветствие, сообщение задач занятия.   2.2 Ходьба и ее разновидности:  - на носках;  - на пятках;  - перекатом с пятки на носок;  - с высоким подниманием бедра.  2.3 Бег и беговые задания:  - без задания;  - приставными прыжками левым (правым) боком;  - спиной вперед;  - с перепрыгиванием линии на двух;  - с переменой направления движения по сигналу учителя.  2.4. Ходьба с восстановлением дыхания:  1,2 – дугами наружу руки вверх;  3,4 – руки вниз. | 1 мин  1-2 мин  10 – 15 м  10 – 15 м  10 – 15 м  10 – 15 м  До 2 мин  20 – 30 сек  20 – 30 сек  20 – 30 сек  20 – 30 сек  20 – 30 сек  1 - 2 мин | Обратить внимание на внешний вид.  Задачи сообщить в доступной форме.  Обратить внимание на фоновое воспроизведение музыки.  - руки вверх.  - руки за голову.  - синхронные круговые движения рук.  - Руки за головой, локтями касаться колен.  Обратить внимание на фоновое воспроизведение музыки.  - следить за дыханием.  - руки на пояс.  - обратить внимание на положение пятки  - Руки на пояс, выполнять по средней линии площадки.  - по свистку учителя сменить направление движения на противоположное.  Вдох через нос, выдох через нос-рот.  - вдох.  - выдох. |
|  | 2.5. ОРУ с мячом на месте:  - Основы техники безопасности при работе с мячом.  - И.П. стойка ноги врозь, мяч вниз, наклон головы вперед.  1,2 – мяч вверх, наклон головы назад;  3,4 – И.П.  - И.П. стойка ноги врозь, мяч вниз, круговые движения головой  1,2 – к левому плечу;  3,4 – к правому плечу.  - И.П. стойка ноги врозь, мяч вперед.  1 – руки в стороны, мяч в левой руке; 2 – И.П.;  3 - руки в стороны, мяч в правой руке; 4 – И.П.  - И.П. стойка ноги врозь, мяч перед грудью; мяч в левой руке, правая вперед; мяч в двух руках за спиной; мяч в левой (правой) руке за спиной.  Броски мяча вверх из различных И.П.:  1 – бросить мяч вверх;  2 – поймать мяч двумя руками.  - И.П. стойка ноги врозь, руки согнуты в локтях, мяч между руками.  1-4 - прокатывать мяч между руками влево;  5-8 - прокатывать мяч вправо.  - И.П. стойка ноги врозь, мяч вниз.  1-4 - прокатывать мяч вокруг туловища влево;  5-8 - прокатывать мяч вправо.  - И.П. широкая стойка ноги врозь, мяч вверх.  Наклоны туловища:  1,2 – влево;  3,4 – вправо  - И.П. стойка ноги врозь, мяч вперед. Наклоны туловища:  1-3 вперед – вниз;  4 – И.П.  - И.П. стойка ноги врозь, мяч вниз. Приседания.  1 – присед, мяч вперед;  2 – И.П. | 5 – 6 мин  30 сек  4 – 6 раз  4 – 6 раз  4 – 6 раз  3 – 4 раза из каждого И.П.  20 – 30 сек  20 – 30 сек  4 – 6 раз  4 – 6 раз  До 10 раз | Повторить основные правила техники безопасности при работе с мячом.  - темп медленный.  наклоны головы выполнять без резких движений.  Обратить внимание на фоновое воспроизведение музыки.  - темп медленный.  наклоны головы выполнять без резких движений.  - выполнять ритмично.  Меняя исходное положение выполнить бросок мяча и поймать его, не уронив на пол.  Задача – не уронив мяч из рук, выполнить упражнение.  Задача – не уронив мяч на пол, выполнить упражнение.  Выполнять ритмично.  Наклон глубже.  Не заваливать туловище вперед.  Выполнять ритмично.  Наклон глубже.  Спина прямая.  Спина прямая.  Темп средний. |
| 3. | 3.1. Прослушивание мелодии, определение сильной доли и темпа мелодии.  1 - прослушать мелодию;  2 – во время прослушивания прохлопать темп мелодии;  3 – во время прослушивания прохлопать темп мелодии, добавить подпевание песни;  4 - во время прослушивания и прохлопывания темпа мелодии добавить шаг левой ногой на месте;  5 - во время прослушивания и прохлопывания темпа мелодии добавить шаг левой и правой ногой на месте;  6 - во время прослушивания и прохлопывания темпа мелодии добавить шаги вперед.  3.2. Ритмический рисунок.  1. Прослушать ритмический рисунок, заданный учителем;  2. Повторить ритмический рисунок при помощи хлопков и (или) музыкальных инструментов.  3.2. Ритмический рисунок мелодии.  1 – прослушать мелодию;  2 – прохлопать ритмический рисунок во время прослушивания мелодии;  3 – добавить танцевальные (гимнастические) упражнения под ритмический рисунок мелодии. | 10 мин  10 – 30сек  1 – 2 мин  1 – 2 мин  1 – 2 мин  1 – 2 мин  1 – 2 мин  1 – 2 мин  1 – 2 мин  8 – 10 мин  1 – 2 мин  2 – 3 мин  2 – 5 мин | Использовать музыку знакомых мелодий песен или песен, несложных для запоминания, например, «Пусть всегда будет солнце», «Катюша» и др.  Выполнять совместно с учителем и самостоятельно.  Ошибки исправлять подсказом  Добавить перемещение в свободном шаге с акцентом на одну ногу.  Учитель задает хлопками ритм, ребенок повторяет этот ритм используя хлопки, музыкальные инструменты: палочки, барабан, дудку, металлофон.  Вначале использовать музыку знакомых мелодий песен или песен, несложных для запоминания, например, «Пусть всегда будет солнце», «Катюша» и др.  Затем использовать музыку малоизвестных песен. |
| 4 | 4.1 Рефлексия.  - Прохлопать темп  - Прохлопать ритм  4.2. Подведение итогов, оценивание учащегося. | 1 – 2 мин  1 – 2 мин | - Попросить ребенка повторить, что такое темп и как его можно определить.  - Повторить, что такое ритм. Попросить придумать ритм самому.  - Отметить наиболее удачные моменты и моменты, требующие дальнейшей работы. |
|  | 4.3. Домашнее задание  4.4. Выход из зала, уборка инвентаря. | 1 – 2 мин  2 – 5 мин | При прослушивании музыки определить темп и ритм, прохлопать его.  Привести в порядок рабочее место с посильной помощью учащегося. |

Список источников

1. Федеральная адаптированная образовательная программа основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Судебные и нормативные акты РФ. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://sudact.ru/law/prikaz-minprosveshcheniia-rossii-ot-24112022-n-1025/federalnaia-adaptirovannaia-obrazovatelnaia-programma-osnovnogo/>.
2. Рабочая программа по ритмике ФАООП УО (вариант 1). Автор: Шестакова О.В., 2023.