

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЕГОРЬЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
САКМАРСКОГО РАЙОНА ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ.

Рассмотрено:
На ШМО начального образования
Протокол № 1 от 31.08.2022 г.
Руководитель ШМО *Бун* Н.Н.Бунковская

Проверено:
Заместитель директора
по УВР *Куз* Н.А.Куспакова
31.08.2022г.

Утверждаю:
Директор МБОУ «Егорьевская СОШ»
М.В.Коптик *М.В.Коптик*
Приказ № 230 от 31.08.2022г.



**Программа учебного предмета «Ритмика»
адаптированной основной общеобразовательной программы образования
обучающегося с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) вариант 1
3 класс**

Составитель программы:
Бунковская Н.Н. – учитель начальных классов

2022 год

Оглавление:

- 1) Пояснительная записка;
- 2) Общая характеристика учебного предмета с учетом особенностей его освоения обучающимся;
- 3) Описание места учебного предмета в учебном плане;
- 4) Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета;
- 5) Содержание учебного предмета;
- 6) Тематическое планирование;
- 7) Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основная образовательная программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и примерной адаптированной основной образовательной программы начального общего образования государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Белорецкая коррекционная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Преподавание предмета ритмики в 1-4 классах ведётся по программе специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 1-4 классы. Автор: Воронкова И., М., «Владос», 2011 г. Рекомендована Министерством образования РФ.

Данная рабочая программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. N 373) с изменениями и дополнениями от: 26.11.2010 г., 22.09 2011 г., 18.12.2014 г.);
3. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
4. Концепцией Специального Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ограниченными возможностями здоровья- М.: Просвещение, 2014г.
5. Приказа Министерства образования РФ об утверждении учебного плана для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида №29/2065-п. от 10.04.2002г.
6. Программы для 1-4 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида, под редакцией доктора педагогических наук Воронковой И. Сб.1. –М.: Гуманист. Изд. Центр ВЛАДОС, 2011г.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с ОВЗ средствами музыкально-ритмической деятельности.

Цели и задачи курса ритмики.

Цель – формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих задач:

- развитие умения слушать музыку;
- выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально-ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Организация учебного процесса предполагает применение специальных методов и приемов обучения и воспитания.

Специальные коррекционные задачи в значительной степени определяют содержание обучения.

Учитывая психофизические особенности и особенности познавательной сферы учащихся, дополнительно поставлены следующие коррекционные задачи:

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти;
- развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве;
- развитие мелкой моторики;
- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела;
- развитие внимания;
- формирование положительной мотивации.

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.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»

"Коррекционная ритмика" - это специальное комплексное занятие, 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. Занятия по "Коррекционной ритмике" построены на сочетании музыки, движения, речи.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с 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. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

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.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности. На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти 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.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

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

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

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. Задания этого раздела должны носить 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.

3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»

Ритмика является частью, формируемой участниками образовательных отношений, коррекционно – развивающей области. В соответствии с Федеральным базисным учебным планом (ФБГУП) на учебный предмет «Ритмика» отводится 32 часа в год (один час в неделю). Общий объем учебного времени предмета «Ритмика» в 1* классе составляет 32 часа, во 2 классе 34 часа, в 3 классе 34 часа

4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»

Личностные результаты освоения предмета «Ритмика»

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

Предметные результаты освоения предмета «Ритмика»

1 класс

Обучающиеся должны 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.

2 КЛАСС

Обучающиеся должны уметь:

Минимальный уровень:

- 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;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень:

- рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

3 КЛАСС

Обучающиеся должны уметь:

Минимальный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Достаточный уровень:

- самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»

3 класс

Закрепляются знания и навыки, полученные на втором году обучения, на новом музыкальном материале.

Элементы музыкальной грамоты

Понятие о такте.

Ритм.

Танцевальные элементы Пскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя. (повторение)

Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной). (повторение)

Танцевально-ритмическая гимнастика.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Общеразвивающие упражнения.

Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.

Развитие пластики тела..

Упражнения на осанку.

Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса; Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц брюшного пресса. Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц спины.

Разучивание танцевальных композиций.

6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	БУД	Область развития жизненных компетенций	Дата	
					план	факт
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1	Осознание себя как ученика	Развитие навыков зрительного и слухового восприятия		
2	Разминка. Музыкальный этюд	1	Слушать и понимать инструкцию учителя при	Обучение развитию сравнения характера		

	«Котята».		выполнении задания	музыкального сопровождения		
3-4	Общеразвивающие упражнения.	2	Самостоятельность в выполнении заданий, вхождение в контакт и работа в коллективе	Сравнение по темпу(медленно-быстро)		
5	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Ориентирование в пространстве класса(учебного помещения)	Развитие зрительного и слухового восприятия		
6	Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.	1	Самостоятельный выбор формы движения.	Развитие слухового восприятия		
7	Разминка. Музыкальный этюд «Пружинка».	1	Самостоятельность в выполнении заданий, вхождение в контакт и работа в коллективе	Формирование понятий: спереди, сзади, перед, за, между		
8-9	Упражнения на развитие координации движений.	2	Принимать цели и произвольно включаться в деятельность	Формирование пространственной ориентировки		
10-11	Подскоки: на месте; с продвижением.	2	Следовать предложенному плану и работать в общем темпе	Развитие слухового восприятия		
12	Разминка. Музыкальный этюд «Фонарики».	1	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недостатков	Формирование навыков работы в коллективе		
13-14	Общеразвивающие упражнения.	2	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недостатков	Развитие слухового и зрительного восприятия		
15-16	Упражнения на координацию движений.	2	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать	Формирование навыков публичного выступления		

			свою деятельность с учётом выявленных недостатков			
17-18	Упражнения на осанку	2	Ориентирование в пространстве класса(учебного помещения)	Развитие слухового и зрительного восприятия		
19-20	Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса. Поклон.	2	Интегрирование в группу сверстников	Развитие пространственной ориентировки		
21-22	Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.	2	Интегрирование в группу сверстников	Развитие пространственной ориентировки		
23-24	Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц спины.	2	Интегрирование в группу сверстников	Развитие слухового восприятия, речи		
25-26	Общеразвивающие упражнения.	2	Интегрирование в группу сверстников	Развитие пространственной ориентировки		
27-28	Упражнения на осанку.	2	Интегрирование в группу сверстников и умение строить продуктивное сотрудничество	Формирование навыков общения в детском коллективе		
29-32	Разучивание подвижного танца под современную мелодию	4	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, деятельность с учетом выявленных недостатков	Формирование правильной музыкальной двигательной пластичной активности		

33	Индивидуальное творчество.	1	Ориентирование в пространстве класса(учебного помещения)	Формирование пространственной ориентировки		
34	Урок-смотр знаний	1	Ориентирование в пространстве класса(учебного помещения)	Формирование пространственной ориентировки		

7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Программно-методические материалы. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа: математика, физическая культура, ритмика, трудовое обучение. Издательство «Дрофа», 2009.
2. Т. А. Замятина, Л. В. Стрепетова. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. Издательство «Глобус», 2009.
3. CD-диски. Звуковой учебник танца. Выпуски 1, 5,6. Издательство «Весть-ТДА», Москва, 2001г.
4. Бекина, С.И.Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2 /С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е. Н. Соковнина. -М, 1999. -С. 34 – 37.
5. Г. Франио. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Учебное пособие. Москва «Советский композитор», 1989г.
6. Е.А. Судакова Логопедические музыкально-игровые упражнения для дошкольников. СПб. ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013
7. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика/ А. И. Буренина.- СПб, 2000. – 89 с.
8. Власова, Т. М. Фонетическая ритмика / Т. М. Власова, А. Н. Пфафенродт .-М.1997.– 128 с.
9. Музыка, движение, фантазия! Методическое пособие для музыкальных руководителей/Авт.-сост. О.А. Вайнфельд. СПб «Детство-пресс», 2000г.
10. С.Железнов, Е. Железнова. Серия музыкальные обучалочки. Выпуски: «Сказочки-шумелки», «Гав и Мяу. Логоритмические песенки», «Золотые ворота. Подражательные песенки-игры»