

Пояснительная записка

Рабочая учебная программа по ритмике для 1- 4 классов составлена на основе документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 31.07.2020);
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
- Примерная адаптированная общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вариант 1
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «Арбузовская СОШ»
- Положения о рабочей программе педагога МБОУ «Арбузовская СОШ»;
- Учебного плана МБОУ «Арбузовская СОШ» на 2021-2022 учебный год.

У детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции. Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы. Для возбудимых детей характерно двигательное беспокойство, нетерпеливость, отвлекаемость, эмоциональная возбудимость и неустойчивость, а заторможенным свойственны вялость, адинамичность, бедность движений. Наиболее адекватным методом коррекции различных психомоторных нарушений у детей с задержкой психического развития является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе восприятия музыки.

Задачи программы:

- развитие восприятия музыкальных образов и умения выражать их в движениях у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- развитие музыкальных способностей у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления);
- развитие чувства ритма, темпа, такта, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- развитие координации движений у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- развитие умений слушать музыку у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- формирование навыков выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- развитие творческих способностей личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Виды и формы контроля.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы. Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие формы контроля:

Стартовый контроль (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Текущий контроль (контрольная диагностика):

-прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;

- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;

- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;

-контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

Текущий контроль (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Итоговый контроль (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Содержательный контроль и оценка результатов развития обучающихся умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) предусматривает выявление индивидуальной динамики развития познавательных процессов и двигательной сферы и не допускает сравнения одного ребенка с другими детьми.

Общая характеристика коррекционного курса

Коррекционная работа на занятиях ритмикой базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. На занятиях осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер.

Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

- совершенствование движений и сенсомоторного развития (развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики);

- коррекция отдельных сторон психической деятельности (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);

- развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);

- развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);
- коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирования умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);
- развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Коррекционный курс «Ритмика» реализуется в рамках коррекционно-развивающей области учебного плана для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). На освоение коррекционного курса «Ритмика» отводится 1 час в неделю, 34 часа в год.

Планируемые результаты

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

- включаться в работу на занятиях к выполнению заданий;
- проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности;
- готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение.

Предметные результаты обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в результате освоения коррекционно-развивающей области «Ритмика»:

Минимальный уровень:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу педагога;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с педагогом;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- слушать и правильно выполнять инструкцию педагога.

Достаточный уровень:

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу;
- выполнять задания и плясовые движения по показу и по словесной и инструкции педагога;
- организованно входить в класс и выходить из класса,
- приветствовать педагога.

Планируемые результаты:

- развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, двигательной активности, координации движений, двигательных умений и навыков;
- формирование умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий;
- овладение специальными ритмическими упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов и т.д.),
- упражнениями на связь движений с музыкой;
- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- овладение подготовительными упражнениями к танцам, овладение элементами танцев, танцами, способствующими развитию изящных движений, эстетического вкуса.

Содержание тем курса

Упражнения на ориентировку в пространстве

1. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.

2. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному.
3. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.
4. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

Ритмико-гимнастические упражнения

1. Общеразвивающие упражнения

- Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс.

- Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение.

- Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

2. Упражнения на координацию движений

- Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук).

- Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.).

- Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

3. Упражнения на расслабление мышц

- Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед.

- Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра).

- Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

1. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.

2. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.

3. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике.

4. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

Игры под музыку

1. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий).

2. Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении.

3. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.

4. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа.
5. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением.
6. Инсценирование доступных песен.
7. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

Танцевальные упражнения

1. Повторение элементов танца по программе для 1 класса.
2. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.
. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.
4. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).
5. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.
6. Основные движения местных народных танцев. Танцы и пляски Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек» Парная пляска. Чешская народная мелодия Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку»

Тематическое планирование

Упражнения на ориентировку в пространстве	7 ч.
Ритмико-гимнастические упражнения	15 ч.
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	3 ч.
Игры под музыку	6 ч.
Танцевальные упражнения	3 ч.
Итого	34 ч.

Поурочное планирование

№	Тема занятий	Примечание
	<i>Упражнения на ориентировку в пространстве - 7 ч.</i>	
1	Инструктаж по ОТ и ТБ. Упражнения на ориентировку в пространстве. Совершенствование навыков ходьбы и бега.	Выполняют правильное исходное положение по словесной инструкции педагога. Ходят и бегают с высоким подниманием колен. Перестраиваются по направлениям движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаются по залу в разных направлениях.
2	Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала.	
3	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	
4	Построение в колонну по два.	
5	Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	
6	Построение круга из шеренги и из движения вращательную	
7	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, переключать с места.	
	<i>Ритмико-гимнастические упражнения – 15 ч</i>	
8	Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения.	Ознакомление с танцами народов РФ. Разучивание основных упражнений для рук.
9	Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.	

10	Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения.	Разучить танцевальные элементы в форме игры. Знакомство с понятием пантомима. Использовать на уроке флажки, мячи и следить за осанкой. Разучить основные упражнения профилактики плоскостопия. Научить правильно дышать. Провести небольшую профилактику суставов. Играть в различные игры связанные с этюдной работой. Научиться определять медленно, быстро, умеренно. Разучить новые танцевальные элементы	
11	Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени		
12	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс		
13	Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи).		
14	Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.		
15	Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение.		
16	Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке.		
17	Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.		
18	Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх-вниз с одновременным движением левой руки от себя-к себе перед грудью.		
19	Разнообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение)		
20	Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения.		
21	Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.		
22	Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.		
	<i>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. - 3 ч.</i>		
23	Упражнения для кистей рук с музыкальными ложками. Базовые упражнения.		Различают и называют детские музыкальные инструменты (ложки, бубен, маракасы). Отстукивают простые ритмические рисунки на бубне и ложках. Подыгрывают на детских музыкальных инструментах в такт музыке
24	Отстукивание ритмических рисунков на бубне.		
25	Отстукивание ритмических рисунков маракасами. Упражнения «Песок», «Карнавал».		
	<i>Игры под музыку - 6 ч</i>		
26	Игры под музыку. Выполнение движений с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий)		Различают характер музыки. Передают притопами, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передают в движениях
27	Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении		
28	Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.		

29	Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен	игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). Исполняют игры с пением и речевым сопровождением.
30	Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами.	
31	Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен	
<i>Танцевальные упражнения- 3 ч</i>		
32	Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца. Тихая настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг.	Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце. Ритмично исполнять бег, ходьбу, кружение на месте. Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, танцевальный бег. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляет ноги с носка на пятку
33	Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки.	
34	Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием.	

Описание учебно-методического обеспечения Рабочей программы

Комплект примерных рабочих программ по отдельным предметам и коррекционным курсам для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Лист регистрации изменений, вносимых в рабочую программу

№ изменений	Предмет	Дата	Основания для внесения изменений (приказ ОО)	Содержание откорректированных разделов (тем)	Способ внесения изменений (слияние тем, часов резерва ит.п.)	Согласование по внесению изменений с зам. директора по УВР	Подпись учителя

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "АРБУЗОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА ИМЕНИ КАВАЛЕРА ОРДЕНА МУЖЕСТВА МАЙОРА ПОПОВА С.Н.",**
САБЛИНА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА, Директор

23.09.23 09:53
(MSK)

Сертификат 00C59B925B52437E75EBFECC03B8A750B5