

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и молодежной политики
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
Комитет образования Берёзовского района
МБОУ «Саранпаульская СОШ»

РАССМОТРЕНО
на заседании ТЛ
Протокол № 1
от "30" августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместителем директора по УВР
Протокол № 1
от "30" августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
Приказ № 295
от "31" августа 2023 г.

АДАптированная рабочая программа

коррекционного курса
«Ритмика»
для обучающихся 4 класса
АООП образования обучающихся
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
Вариант 1
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Емельянова Ольга Николаевна,
учитель хореографии,

Пояснительная записка

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально -волевою зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

Рабочая программа коррекционно – развивающих занятий «Ритмика» составлена на основе:

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденной приказом Минпросвещения РФ от 24.11.2022 № 1026
- АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1.
- Положения МБОУ «Саранпаульская СОШ» о рабочих программах учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), разрабатываемых по ФГОС- 2021»

Рабочая программа соответствует учебному плану МБОУ «Саранпаульская СОШ»

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Цель предмета: исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
- развитие общей и речевой моторики,
- эмоционально-волевое развитие учащихся,
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Преподавание ритмики в специальной (коррекционной) школе обусловлено необходимостью осуществления коррекции нарушений психического и физического развития обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды. Основным принципом построения ритмики является тесная связь движений и музыки, где организующим началом выступают музыка, ритм. Коррекция нарушенных функций и дальнейшее развитие сохранных требуют от обучающегося собранности, внимания, конкретности представлений, развития памяти – эмоциональной, зрительной, образной (при восприятии образца движений), словесно-логической (при осмыслении задач и запоминании последовательности выполнения движений под музыку), двигательно-моторной (двигательно-мышечные ощущения), произвольной (связанной с самостоятельным выполнением упражнений). Специфические средства воздействия являются основой формирования универсальных учебных действий: обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять разнообразные движения, петь, танцевать.

Занятия проводятся один раз в неделю, 34 недели.

Во время проведения занятий используются здоровьесберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи).

Занятия проводятся 1 раз в неделю, всего 34 учебные недели.

Учебно-методическое обеспечение:

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007 г.
2. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва 2002 г.

Содержание коррекционного курса

Содержание обучения направлено на развитие и скорректированные координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

Программа содержит 4 раздела:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Игры под музыку
4. Танцевальные упражнения

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 умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально -двигательный образ. 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.

Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями. (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопа, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

На каждом уроке осуществляется работа по всем четырём 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.

Личностные и предметные результаты

В результате реализации программы коррекционного курса обеспечивается достижение обучающимися с умственной отсталостью:

Предметных результатов:

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.

Достижение личностных результатов:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире
- развитие танцевальных навыков,
- развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
- расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,
- освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,

- способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

Достижение базовых учебных действий:

- познавательных учебных действий:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

- регулятивных учебных действий:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

- коммуникативных учебных действий:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	По плану	Факт	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с поворотами.	1	4.09		Совершенствование обучающимися навыками ходьбы, бега. Ходить вдоль стен с чётким поворотом в углах зала. Как строиться, ходить, положение рук.
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	1	11.09		Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, парами. Как строиться в круг.
3	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения с лентами РК	1	18.09		Развести руки в стороны, раскачивать их перед собой, упражнения с предметами. Как правильно держать мяч.
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы	1	25.09		Наклонять и поворачивать голову вперёд, назад
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища	1	2.10		Наклонять и поворачивать корпус в сочетании с движениями рук
6	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук	1	9.10		Поворачивать корпус с передачей предмета
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Перекрестные движения	1	16.10		Движение головой и левой рукой в разных направлениях, перекрестное движение. положение пальцев ног.
8	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сопряженные движения рук и ног	1	23.10		Отвести ногу в сторону, назад, в сторону, назад вместе с руками. Положение кистей рук.
9	Координационные движения, регулируемые музыкой. Круговые движения руками.	1	13.11		Круговые движения кистью руки: напряженно и свободно
10	Упражнения на детских музыкальных инструментах.	1	20.11		Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать другой руки в медленном темпе. Отработать положение ног

					привыполнении этого упражнения
11	Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки	1	27.11		Выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Различать темповые, динамические изменения
12	Игры под музыку. Различение изменений в музыке РК	1	4.12		Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы. Знать передаваемые образы
13	Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг.	1	11.12		Ходить тихо, настороженно, мягко, пружинисто, танцевально
14	Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Хлопки. Польшка.	1	18.12		Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки.
15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонны парами в колоннупо одному.	1	25.12		Построиться в колонну по два человека; построиться в колоннупо одному из колонны парами.
16	Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги	1	15.01		Построение круга из шеренги.
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами	1	22.01		Построиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную.
18	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Повороты туловища с передачей предмета РК	1	29.01		Уклонять и поворачивать голову вперед, туловище назад

19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук и ног.	1	5.02		Опускать, поднимать предметы перед собой
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки	1	12.02		Выставлять ноги вперед поочередно Резко поднимать согнутую в колене ногу
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1	19.02		Отвести ногу в сторону, назад, вместе с руками
22	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Ускорение и замедление движений	1	26.02		Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена движений.	1	4.03		Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя
24	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук.	1	11.03		Выполнять свободное падание рук из исходного положения, из положения руки в стороны. Знать исходное положение.
25	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе	1	18.03		Раскачивать руки в стороны, перед собой и в сочетании с наклоном корпуса
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног	1	1.04		Выбрасывать поочередно правую ногу вперед, левую
27	Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне	1	8.04		Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать пальцы другой в медленном темпе, с ускорением
28	Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане	1	15.04		Уметь исполнять восходящие гаммы и нисходящие в пределах пяти нот
29	Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов.	1	22.04		Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы
30	Игры под музыку. Игры с пением и речевым сопровождением.	1	29.04		Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением
31	Игры под музыку. Инсценирование доступных	1	6.05		Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

	песен.				
32	Танцевальные упражнения. Переменные притопы.	1	13.05		Выполнять притопы переменные, прыжки с выбрасыванием ног вперед
33	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	2			Элементы русской пляски Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением