





Муниципальная бюджетная общеобразовательное учреждение
«Абалаковская средняя общеобразовательная школа №1»

<p>«Согласовано»</p> <p>Председатель ППк  /Бахмутова А.И./</p> <p>Протокол ППк № 1 от «30» августа 2024 г.</p>	<p>«Согласовано»</p> <p>Заместитель директора школы по УВР  /Зырянова М.А./</p> <p>«30» августа 2024 г.</p>	<p>«Утверждаю»</p> <p>Директор МБОУ «Абалаковская СОШ №1»  Юшкевич Е.И./</p> <p>Приказ № 01-04-245 от «03 сентября» 2024 г.</p>
---	--	--



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ**

«Ритмика»
для 2-4 класса

Иванова Т.А.

2024 г.

Пояснительная записка

Программа курса коррекционных занятий «Ритмика» составлена для учащихся 2-4 класса с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальные нарушения).

Данная программа составлена и построена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон «Об Образовании в РФ» от 29 декабря 2012г. №273 (с изменениями и дополнениями, ст. 12, 28);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (1 вариант) (Приказ №01-04-217 от 31.08.23, протокол ПС №1 от 31 августа 2023г.);
- Положение о рабочей программе по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам педагога МБОУ Абалаковская СОШ №1 для детей с нарушением интеллекта.

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

Цель программы – коррекционных занятий по ритмике – осуществление коррекции недостатков психического и физического развития у школьников с задержкой психического развития средствами музыкально - ритмической деятельности.

Основные задачи программы:

1. Развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;
2. Обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;
3. Расширение кругозора школьников через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;
4. Создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;
5. Формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;
6. Коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы.

Решение поставленных задач имеет большое значение для коррекции недостатков психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, их познавательных возможностей и интересов.

Учебно-методический комплект

1. С.И Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина «Музыка и движение» (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет) Москва. Просвещение 1984 г.
2. М.Ю. Гоголева «Логоритмика в детском саду» Ярославль . Академия развития 2006год.
3. Н.В. Полевая, Л.В. Перминова – «Комплекс коррекционно-музыкальных занятий «Дружная семейка» Санкт-Петербург. Детство-пресс. 2010год.
4. Л.Буцкиев «Подвижные игры под музыку». 1987год.

Место предмета в учебном плане

На изучение курса коррекционных занятий отводится 1 час в неделю (33 часа). Их длительность составляет 30 минут.

Общая характеристика предмета

Содержание индивидуальной коррекционно-развивающей программы составлено с учетом рекомендаций ПМПК, результатов обследования обучающихся.

На занятиях используются следующие методы обучения:

- объяснение;
- рассказ;
- демонстрация;
- наблюдение;
- игра;
- демонстрация.

Проведение коррекционных занятий ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на обучающихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших школьников, исправлению недостатков физического развития, общей моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять разнообразные упражнения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданным направлением, перестроение с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», движение к определённой цели между предметами) осуществляется развитие представлений обучающихся о пространстве и умении ориентироваться в нём.

Упражнения с предметами развивают ловкость. Быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умению ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движения рук. Этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать характер музыки (весёлая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определён их объём, а также указаны знания и умения, которым 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, выработку координации движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением, сопоставление пальцев. Задание на координацию рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Обучение танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков чёткого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы, дети знакомятся с названием танцев и их основными движениями (притопы, галоп, шаг

польки, переменчивый шаг, присядка и другие).

Структура программы по ритмике:

Музыкально-ритмическая деятельность, которая включает в себя ритмику с элементами лечебной физкультуры, творческие задания на реализацию определённых музыкальных образов, танцевальных упражнений и композиций (тематические занятия, сюжетные занятия, игровые занятия, импровизация.)

- Тематические занятия состоят из подготовительной, основной и заключительной частей, на таком занятии происходит развитие гибкости, пластичности, развитии способности к выразительному исполнению движений (ходьба, бег, прыжки, общеразвивающие упражнения, плясовые движения).
- Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения *подготовительная часть* – разминка, «сказочная зарядка», *основная часть* – музыкально-ритмическая композиция, соответствующая сценарию, *заключительная часть* – развязка на достижении цели, которые были поставлены в начале урока.
- Игровые занятия – по структуре напоминают сюжетное занятие. Подготовительная часть – разминка, общеукрепляющие упражнения, основная часть – подвижные игры, отражающие тему урока, в заключительной части музыкально- ритмических композиции, соответствующие теме.
- Урок - импровизация, как правило проходит в конце учебного года. Это конкурс - соревнование –итог года, выбираем лучших танцоров, кто лучше повторит за педагогом, конкурс на лучшее исполнение танца «Кузнечик», Два весёлых гуся»
- Музыкально- дидактические игры имеют коррекционную направленность, упражнения носят игровую форму.
- Вокальная деятельность, представленная детским фольклором, ролевыми песнями, играми, вокально-артикуляционной гимнастикой, вокальными играми, упражнениями.

С целью укрепления психического здоровья детей, развития их эмоционально-волевой сферы на занятиях используются элементы психогимнастики, музыкальные игры на внимание, память, и другие виды ВПФ. Самое главное, чтобы ребята не теряли интерес к музыке. Все упражнения должны носить образный характер, материал - увлекательный и конечно эмоциональный настрой, эрудированный, чуткий, добрый талантливый музыкальный руководитель играет большую роль в успешности музыкального занятия.

Предметные и личностные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Личностные:

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Достаточный уровень

- развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;
- замечать изменения в звучании (тихо-громко, быстро-медленно);
- выполнять легко и выразительно танцевальные движения, ориентироваться в пространстве, кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (платочками, листьями, флажками и т.д.);
- двигаться в соответствии двухчастной форме музыки и силе её звучания, реагировать на начало и окончание музыки;
- выразительно и эмоционально передавать игровые и сказочные образы героев (медведя, кошки, мышки, зайца и т.д.);
- выполнять несложный ритмический рисунок на детских музыкальных инструментах.

Минимальный уровень

- узнавать знакомые мелодии и эмоционально реагировать на них;
- двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;
- выполнять с помощью взрослого несложные движения под музыку: шагать, бегать, прыгать, притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук, выполнять движения с предметами (платком, погремушкой, флажком, мячиком и т.д.).

Содержание учебного предмета

Программа по ритмике состоит из четырех разделов:

Раздел 1. Ритмико-гимнастические упражнения (14ч).

Ходьба, бег, подскоки, прыжки под музыку. Передача в движении шагом различного характера музыки, ритмичного темпа, различной силы звучания. Перестроения в соответствии с изменением звучания музыки (ходьба, бег) друг за другом, по одному, врассыпную, построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения на носках, пятках, с прыжком; шаг (подскоки) на месте, вокруг себя, вправо, влево. Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений (приседания, полуприседания, наклоны вперед, вправо, влево, назад, галоп). Игры, эстафеты, упражнения с предметами: мячом, обручем, скакалкой, гимнастической палкой. Прыжки и шаги под музыку через скакалку, палку. Бег между кеглями.

Раздел 2. Ритмические упражнения с детскими звучащими предметами (3ч).

Знакомство с звучащими инструментами и их возможностями. Исполнение простых ритмических рисунков на детских звучащих предметах. Выделение сильных долей в музыкальных произведениях. Исполнение музыкальных фраз.

Раздел 3. Импровизация движений на музыкальные темпы, игры под музыку (12ч).

Свободное естественное движение под четко ритмическую музыку. Изменение направления и формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки. Простейшие подражательные движения под музыку (мышки, лисы, кошки, медведя, полёт птички, деревья под ветром, цветка и т.д.), инсценировка детских песен.

Раздел 4. Народные пляски и современные танцевальные движения (5ч).

Элементы танца, простые танцевальные шаги: с носка на пятку, на полупальцах, с высоким поднятием бедра, на пятках, топающие на всей ступне, приставной шаг, галопы, шаг «польки», в сторону, вперед. Простые танцевальные движения (притопы, кружение через правое плечо с поднятыми руками, кружение парами, поклоны – на месте и с движениями). Групповые движения: «Звездочка», «Окошко», кружение парами, смена партнеров, цепочка, ручеек, свеча, закрутки. Положение рук в парных и групповых движениях. Элементы русского танца. Положения рук в танце, Ходы (девичий и мужской); навыки обращения с платком. Простые русские движения: присядка, простая «Веревочка», «Припадание».

Календарно-тематическое планирование

№	Раздел Темы занятий	Виды учебной деятельности обучающихся	Кол-во часов	Дата проведения
Ритмико-гимнастические упражнения			14	
1	Фигуры в движении	Выполняют наклон вперед, продвижение с опорой на руки и ноги; свернувшись в клубок, перекаат на спине. Игра упражнение «Четыре стихии». Упражнение «Вот так позы!» Подвижная игра «Маникены».	1	5.09
2	Двигаемся бесшумно	Вытягивают носки, прыжки с одной ноги на другую с вытянутыми носками стопы, простой шаг с вытянутым носком. Играют в игру «Ходьба на носках и пятках».	1	12.09
3	Тянись ввысь	Поднимаются на полупальцы, ходьба по кругу на полупальцах с вытянутыми руками. Выполняют упражнение «Цветок растет, цветок качается, цветок увядает», упражнение «Замри!».	1	19.09
4	Кружись и вращайся	Кружатся с перебиранием ног, на одной ноге. Выполняют упражнение «Большие крылья». Игра «Запретный номер». Релаксационное упражнение «Фея сна».	1	26.09
5	Веселые ножки	Выставляют ноги на пятку, носок; высокий подъем ноги; притоп правой ногой, левой ногой. Ритмическое упражнение «Попрыгаем и похлопаем». Упражнение-превращение «Лесная зверобика»	1	3.10
6	Ножницы	Скрещивают ноги в «точке» впереди, (правая впереди левой и наоборот). Этюды «Карлсон». Упражнение «Кошка».	1	10.10
7	Моторчик	Руки сгибают в локтях перед грудью, вращение кистей рук, прыжок вперед - хлопок, прыжок назад- прыжок. Упражнение «Ветерок и ветер», Упражнение-игра «Пробеги и простучи», Этюд «Разные настроения»	1	17.10

8	Пары и ряды	Вытягиваются цепочкой, - построение треугольника, - смыкание круга. Игра «Запомни порядок». Ритмическое упражнение «Повтори за мной»	1	24.10
9	Три притопа	Выполняют построение круга, два шага к центру три притопа на месте; Два шага назад, три притопа; мягкий спокойный шаг по кругу против часовой стрелки и по часовой стрелки (повторение притопа), в паре «бараночка». Дыхательное упражнение «Зоосад».	1	7.11
10	Хлопушки в паре	В паре лицом друг к другу, руки в стороны (три хлопка перед собой , три хлопка за спиной, три хлопка над головой, в каждой паре дети берутся за руки). Упражнение «Стоп, хоп, раз».	1	14.11
11	Движения с мячом парами и по одному	Два круга, легкое покачивание рук с мячом, бросок вверх, ловля и передача своей паре, повороты корпуса, наклоны туловища с мячом. Упражнение «Катанье снежных комьев.	1	21.11
12	Игра с мячом, удар об пол.	Передача мяча своей паре- броском об пол, передача мяча по кругу - броском об пол, удар мячом об пол правой рукой при ходьбе.	1	28.11
13	Создаем фигуры	Кувырок (колобок); прыжок (лягушка, заяц).	1	5.12
14	Закрепление пройденного материала		1	12.12
Ритмические упражнения с детскими звучащими предметами			3	
15	Веселые ложкари	Удары ложками по ладони, по колену. Упражнение игра «Пробеги и простучи», «Повтори за мной».	1	19.12
16	Ложки не для еды, а для игры.	Удары ложками по всей руке. Удары по груди. Ритмическое упражнение. «Слушай хлопки».	1	26.12
17	Удары в бубен.	Удары ладонью об бубен. Ритмическое упражнение «А ну повтори!»	1	9.01
Импровизация движений на музыкальные темпы, игры под музыку			12	
18	Танец осенних листьев	Выполняют взмахи руками, кружение на носках, построение круга, вращение кистей рук с	1	16.01

		листочками. Упражнение «Рисование на песке». Игра «Пожалуйста».		
19	Танец осенних листьев	Выполняют спокойный шаг вперед, назад, кружение в паре, «ручеек», легкий прыжок вверх с подбрасыванием листьев. Упражнение «Тропинка». Игра – превращение «Театр зверей».	1	23.01
20	Песня и движения	Выполняют подскоки по кругу; - выражение удивления; - поворот вокруг себя; - имитация игры на гармошке. Игра с пением «Васька- кот».	1	30.01
21	Танец дождика	Перестраиваются в две колонны; - «расческа»; - покачивание рук; Упражнение «Слушай звуки». Игра «Пожалуйста» Игра в мяч.	1	6.02
22	Танец дождика	Кружатся на месте вокруг себя, танцевальные импровизации руками. Игра «Вокруг домика хожу».	1	13.02
23	Танец дождика	Закрепление танца «Дождь»	1	20.02
24	Исценирование песни «Кузнечик»	Выполняют присядку, наклоны и повороты туловища, махи руками, ходьба с высоким подниманием бедра. Игра «Жучки».	1	27.02
25	Инсценирование песни «Пусть бегут неуклюже»	Подскоки, «елочка», приставной шаг, «гармошка», поднимание и опускание плеч, повороты вокруг себя.	1	6.03
26	Игры с пением. «Если нравится тебе».	Хлопки, щелчки, шлепки, притопы. Упражнение «Ходьба с хлопками и легкие прыжки». «Слушай хлопки».	1	13.03
27	Движения с воздушными шарами. «Бегать и кружиться».	Кружение в паре, бег на носочках по кругу, движения к центру круга с подниманием рук, кружение вокруг себя на носочках. Игра – миниатюра шарик.	1	20.03
28	Движения с воздушными шарами. «Кружки и цепочки».	3 малых кружка, 1- большой круг, цепочка. «Игра с пчелкой». Релаксация «Греемся на солнышке».	1	3.04
29	Закрепление пройденного материала		1	10.04
	Народные пляски и современные танцевальные движения		5	
30	Пляши веселей!	Шеренга, выбрасывание ног	1	17.04

		вперед, легкий бег вперед, кружение в паре. Игра-превращение «Веревочка».		
31	Полька «Речеек»	Колонна «коридор», приглашение, шаг польки, легкий подскок, хлопки.	1	24.04
32	Хоровод дружбы	Большой круг. Движения к центру круга (руки поднимаются вверх . «Корзиночка». Упражнение «В магазине зеркал». Игра « Белые медведи».	1	15.05
33	Хоровод дружбы	Движение вокруг себя. Хлопки в ладоши. Движение «Улитка». Упражнение «Расставить посты!» Игра «Медведи на льдине»	1	22.05

Материально- техническая база

1. М.Ю. Картушина «Логоритмика для малышей» Творческий центр «Сфера» Москва 2005год.7.М.А.Касицина, И.Г, Бородина «Коррекционная ритмика» Москва 2005 год.
2. М.И. Чистякова. Психогимнастика Москва 1995 год.
3. Е.А. Медведевой (под редакцией) «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва 2002 год.
4. Е.А. Пожиленко «Артикуляционная гимнастика» Санкт-Петербург 2006 год.