

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Самарской области

**Центральное управление министерства образования и науки Самарской
области**

ГБОУ СОШ с. Подстепки

РАССМОТРЕНО

На заседании МО
начальных классов

Руководитель МО

_____/Н.А. Норкина

Протокол №1 от
28.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

_____/Т.В. Разумовская
29.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

директор ГБОУ СОШ
с.Подстепки

_____/А.Е. Семенов
Приказ №174-ОД от
30.08.2023г

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ

по учебному предмету

«Ритмика»

для учащихся 1-4 классов

с.Подстепки 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для учащихся 1-4 классов составлена в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), разработанной на основе ФАООП (приказ от 24.11.2022г., № 1026)

Нормативно – правовую базу рабочей программы составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 год №1599)
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. N 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";

Цель программы:

Формирование музыкально - двигательных навыков. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи:

Образовательные:

- учить основам музыкального движения;
- формировать умение создавать образ персонажа по поставленным задачам;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и самостоятельного выражения их под музыку.
- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;

Коррекционно-развивающие:

- развивать у детей чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений.

Воспитательные:

- воспитывать культуру поведения;
- воспитывать умения эмоционального выражения раскрепощённости и творчества в движениях.

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

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.

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.

Оценка уровня знаний и умений учащихся проводится на основе оценочных материалов, утвержденных методическим советом школы.

МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Коррекционный курс «Ритмика» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Коррекционный курс в 1-4 классе рассчитан на 1 час в неделю, в 1 классе - 33 часа в год, во 2-4 классах рассчитан на 34 часа в год.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»

Содержание обучения направлено на развитие и коррекцию координации движений, моторики, пространственной ориентировки.

Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи обучающихся, их эстетического воспитания.

Программа содержит 5 разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения: - общеразвивающие упражнения, - упражнения на координацию движений, - упражнения на расслабление мышц.
3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.
4. Игры под музыку.
5. 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.

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

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

Обучению умственно отсталых обучающихся танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца.

1. Упражнения на ориентирование в пространстве.

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочку. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

2. Ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами.

Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

Упражнения на расслабление мышц. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

3. Координация движений, регулируемых музыкой.

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

4. Игры под музыку.

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей. Музыкальные игры с предметами.

5. Танцевальные упражнения

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

Характеристика базовых учебных действий

Базовые учебные действия, формируемые у младших школьников, обеспечивают успешное начало школьного обучения и осознанное отношение к обучению.

Личностные учебные действия

Личностные результаты освоения АООП включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения коррекционного курса "Ритмика" относятся:

- 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;
- 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.

Регулятивные учебные действия

- 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.

Коммуникативные учебные действия

- 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.

Познавательные учебные действия

- 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.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной 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;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные

Минимальный уровень

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение;
- ходить свободным естественным шагом;
- ходить и бегать по кругу;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять игровые и плясовые движения после показа учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень

Учащиеся 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.

1 класс

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	4
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	7
3	Танцевальные упражнения.	14
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	3
5	Игры под музыку.	5
	Итого:	33 часа

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вводный инструктаж. Обследование уровня подготовленности учащихся (координации движения, ориентировки в пространстве)	1	
2	Обследование уровня подготовленности учащихся (координации движения, ориентировки в пространстве)	1	
3	Ходьба и бег	1	

4	Перестроение в круг из шеренги, цепочки	1	
5	Общеразвивающие упражнения	1	
6	Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то»	1	
7	Ориентировка в направлении движений	1	
8	Русская народная мелодия «Ой, на горе-то»	1	
9	Вводный инструктаж. Правила поведения на уроке	1	
10	Барабан. Игры под музыку	1	
11	Бодрый, спокойный, топающий шаг	1	
12	Элементы русской пляски	1	
13	Парная пляска. Подружились	2	
14	Танцевальные движения. Бодрый, спокойный, топающий шаг	1	
15	Игры под музыку	1	
16	Вводный инструктаж. Правила поведения на уроке	1	
17	Переменные притопы	1	
18	Упражнения на координацию движений	1	
19	Игра на музыкальных инструментах (пианино)	1	
20	Игры под музыку.	1	
21	Стукалка. Украинская народная мелодия	1	
22	Упражнения на расслабление мышц	1	
23	Игра «Угадай, что звучит?»	1	
24	Приседание в парах	1	
25	Вводный инструктаж. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд	1	
26	Выставление ноги с носка на пятку	1	
27	Присядка	1	
28	Разучивание движений «Пляски с притопами»	1	
29	Закрепление движений «Пляски с притопами»	1	
30	Марш на месте и в движении	1	
31	Обследование уровня подготовленности учащихся (координация движения, ориентировки в пространстве)	1	
32	Обследование уровня подготовленности учащихся (чувство ритма, общей и мелкой моторики)	1	

2 класс

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	4
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	7
3	Танцевальные упражнения.	17
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	2
5	Игры под музыку.	4
	Итого:	34

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
I четверть 8 часов			
1	День знаний.	1	
2	Вводный инструктаж. Обследование уровня подготовленности учащихся (координации движения, ориентировки в пространстве)	1	
3	Обследование уровня подготовленности учащихся (координации движения, ориентировки в пространстве)	1	
4	Построение в шеренгу	1	
5	Мягкий, пружинящий шаг	1	
6	Разучивание танца «Зеркало»	1	
7	Закрепление танца «Зеркало»	1	
8	Разучивание игры под музыку «Собираем камушки»	1	
9	Закрепление игры под музыку «Собираем камушки»	1	
10	Вводный инструктаж. Правила поведения на уроке	1	
11	Шаг с притопом наместе	1	
12	Переменные притопы	1	
13	Исполнение восходящей гаммы на пианино	1	
14	Исполнение нисходящей гаммы на пианино	1	
15	Разучивание «Парной пляски»	1	
16	Выполнение «Парной пляски»	1	
17	Вводный инструктаж. Правила поведения на уроке	1	
18	Переменные притопы	1	
19	Упражнения на координацию движений	1	
20	Игра на музыкальных инструментах (пианино)	1	
21	Игры под музыку	1	
22	Стукалка. Украинская народная мелодия	1	
23	Упражнения на расслабление мышц	1	
24	Игра «Угадай, что звучит?»	1	
25	Приседание в парах	1	
26	Вводный инструктаж. Построение в колонну под два	1	
27	Исполнение ритмических рисунков на бубне	1	
28	Прыжки с выбрасыванием ног вперед	1	
29	Подскоки с ноги на ногу	1	
30	Переменный шаг	1	
31	Игра под музыку «Музыкальные змейки»	1	
32	Обследование уровня подготовленности учащихся (координации движения, ориентировки в пространстве)	1	
33-34	Обследование уровня подготовленности учащихся (чувство ритма, общей и мелкой моторики)	2	

3 класс

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	4
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	7
3	Танцевальные упражнения.	16
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	2
5	Игры под музыку.	5
	Итого:	34

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вводный инструктаж. Обследование уровня подготовленности учащихся (координации движения, ориентировки в пространстве)	1	
2	Обследование уровня подготовленности учащихся (чувство ритма, общей и мелкой моторики)	1	
3	Ходьба в соответствии метрической пульсацией	1	
4	Перестроение из одного круга в два	1	
5	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Игры под музыку	1	
6	Разучивание движений «Парной пляски»	1	
7	Закрепление движений «Парной пляски»	1	
8	Выполнение «Парной пляски» под музыку	1	
9	Вводный инструктаж. Разучивание шага	1	
10	Закрепление шага польки	1	
11	Шаг польки парами	1	
12	Музыкально-подвижная игра	1	
13	Украинская пляска «Коло»	1	
14	Инсценировка песни «В траве сидел кузнечик»	1	
15	Упражнения для кистей рук с барабанными палочками	1	
16	Вводный инструктаж. Боковой галоп	1	
17	Широкий, высокий бег	1	
18	Перестроение из одного круга в три маленьких круга	1	
19	Построение в колонны по три	1	
20	Исполнение несложных	1	
21	Упражнения с мячами	1	
22	Упражнения с гимнастическими лентами	1	
23	Разучивание движений пляски «Чеботуха»	1	
24	Закрепление движений пляски «Чеботуха»	1	
25	Упражнения на координацию движений	1	
26	Вводный инструктаж. Приставной шаг в сторону с приседанием	1	
27	Боковой галоп парами	1	
28	Подскоки парами	1	
29	Полуприседание с выставлением ноги на пятку	1	
30	Присядка с выставлением ноги на пятку.	1	

31	Разучивание движений «Танца с хлопками».	1	
32	Элементы русской пляски.	1	
33	Обследование уровня подготовленности учащихся (координация движения, ориентировки в пространстве).	1	
34	Обследование уровня подготовленности учащихся (чувство ритма, общей и мелкой моторики).	1	

4 КЛАСС

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	5
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	7
3	Танцевальные упражнения.	16
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	2
5	Игры под музыку.	4
Итого:		34

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	День знаний	1	
2	Вводный инструктаж. Обследование уровня подготовленности учащихся (координация движения, ориентировки в пространстве)	1	
3	Обследование уровня подготовленности учащихся (чувство ритма, общей и мелкой моторики)	1	
4	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре	1	
5	Построение в шахматном порядке	1	
6	Общеразвивающие упражнения	1	
7	Инсценировка песни «Через мост»	1	
8	Инсценировка сказки «Теремок»	1	
9	Ходьба по залу, по диагональным линиям	1	
10	Вводный инструктаж. Разучивание шага польки	1	
11	Пружинящий бег	1	
12	Поскоки с продвижением назад (спиной)	1	
13	Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах	1	
14	Русский каблучный шаг.	1	
15	Разучивание движений танца «Кадриль».	1	
16	Закрепление движений танца «Кадриль»	1	
17	Вводный инструктаж. Боковой галоп	1	
18	Движения в приседе	1	
19	Разучивание танца «Бульба»	1	

20	Танец «Бульба» под музыку	1	
21	Подскоки с продвижением назад	1	
22	Разучивание «Узбекского танца»	1	
23	Выполнение «Узбекского танца»	1	
24	Упражнения со скакалками	1	
25	Движение «Припадание»	1	
26	Вводный инструктаж. Перестроение из круга в звёздочки	1	
27	Разучивание танца «Лезгинка»	1	
28	Танец «Лезгинка» под музыку	1	
29	Инсценировка сказки «Муха-Цокотуха»	1	
30	Упражнения на координацию движений	1	
31	Игра на музыкальных инструментах (оркестр)	1	
32	Обследование уровня подготовленности учащихся (координация движения, ориентировки в пространстве).	1	
33	Обследование уровня подготовленности учащихся (чувство ритма, общей и мелкой моторики).	2	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

<i>№п/п</i>	<i>Методическое обеспечение</i>	<i>Год издания</i>
1	Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), утвержденная приказом ГКОУ КП №8 от 31.08.2023г., № 430.	2023 год