

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки ХМАО - Югры

Комитет образования Берёзовского района

МБОУ «Саранпаульская СОШ»

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета

от «29» августа 2024 г.

Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

_____ Г.М. Артеева

Приказ № 187

от «29» августа 2024 г.

АДАптированная рабочая программа

коррекционного курса «Ритмика»

5 – 7 класс

АООП образования обучающихся

с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Вариант 1

2024-2025 учебный год

Составитель: Емельянова Ольга Николаевна,
учитель хореографии

с. Саранпауль, 2024

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.

Во время проведения занятий используются здоровье сберегающие 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 (притопы, 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 правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во

время веселой, задорной пляски;

- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Достаточный уровень:

- знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;
- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;
- знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;
- уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах

Достижение личностных результатов:

Личностные результаты:

- 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

34 часа (1 час в неделю)

№	Тема урока	Дата по плану	Фактич	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом.	2.09		Ходить в соответствии с метрической пульсацией. Знать исходное положение, построение в шеренгу
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы.	9.09		Чередовать ходьбу с приседанием
3	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три.	16.09		Ходить на носочках, пятках. Рассчитываться на 1, 2, 3. знать положение рук при выполнении этих упражнений
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	23.09		Наклоны, повороты, круговые движения головы
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях	30.09		Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища. Знать, определять тип музыки
6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	7.10		Взмах ног в разные стороны с одновременным движением рук. Знать, как соединяются ладошки при хлопке.
7	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча.	14.10		Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус, стоя на полу пальцах. Знать положение головы
8	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения	21.10		Передавать в движениях частей музыкального произведения
9	Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке	11.11		Передать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта
10	Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца	18.11		Элементы танца по программе, выполнять чётко, красиво. Знать положение рук при выполнении движений
11	Танцевальные упражнения. Шаг на носках	25.11		Шаг на носках (простой), шаг на носках на счёт три, четыре – опуститься. Шаг польки
12	Танцевальные упражнения. Шаг польки.	2.12		Высокие подскоки, боковой галоп

13	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга	9.12		Перестроиться из одного круга в два, три
14-15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги	16.12 23.12		Перестроиться в концентрические круги
16	Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками.	13.01		Сгибать, разгибать, встряхивать, поворачивать руки в разных направлениях. Сжимать, разжимать пальцы в кулак
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами	20.01		Выполнение движений с лентами, обход их при ходьбе, передаче предметов.
18	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание	27.01		Приседать, подниматься на носки (движения делать отдельно и слитно) Круговые движения ног (ступни) Выставлять ногу в разных направлениях.
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	3.02		Упражнения на выработку осанки Перелезание через сцепленные руки, через палку.
20	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами	10.02		Выполнять упражнения на координацию движений с предметами
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и притопывание несложных ритмических рисунков.	17.02		Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами)
22	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела	24.02		Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую, из стороны в сторону
Координационные движения, регулируемые музыкой				
23	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах	3.03		Исполнять гаммы в пределах одной октавы обеими руками (отдельно).

24	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.	10.03		Составить простой ритмический рисунок повторять любой ритм, заданный учителем.
	Игры под музыку			
25	Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений	17.03		Прохлопывать несложный ритмический рисунок
26	Игры под музыку. Передача игровых образов.	7.04		Передавать образ при инсценировке песни
27	Игры под музыку. Смена ролей в импровизации.	14.04		Передавать в движении развернутый сюжет
28	Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами	21.04		Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их.
29	Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением	28.04		Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением
	Танцевальные упражнения			
30	Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп	5.05		Двигаться парами по кругу лицом, боком
31	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	12.05		Двигаться парами по кругу лицом, боком
32	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски	19.05		Элементы русской пляски на месте, с передвижениями
33-34	Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев	26.05		Выполнять основные движения народных танцев

