

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Вербенская средняя школа»
Николаевского муниципального района Волгоградской области

Рассмотрено на заседании ШМО НК
Протокол №1 от 15.08.2023 г.
Руководитель МО Искалиева Л.А.
(Искалиева Л.А.)
от «21» августа 2023 г.

Согласовано
Ответственная по УВР
Буланова С.В. (Буланова С.В.)
Протокол №1 от «17» августа 2023 г.

Утверждаю:
Директор школы
(Исмаилов Э.С.)
Приказ № 49



Адаптированная рабочая программа
коррекционного курса «Ритмика»
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
(вариант 1)
для 3 «Б» класса
на 2023 - 2024 учебный год
(приложение 10 к АООП НОО МОУ «Вербенская СШ»)
Учитель – Исмаилова Н.А.

1. Пояснительная записка

Рабочая учебная программа по ритмике для 3 класса составлена на основе документов:

- Примерная адаптированная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вариант 1.
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Вариант 1 МОУ «Вербенской средней школы» для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (разработана на основе примерной адаптированной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)).

Учебники для программы не предусмотрены.

Адаптированная основная общеобразовательная программа разработана для обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

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 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 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 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.

2. 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 обучающихся.

Основные **направления** работы по ритмике:

- **восприятие музыки** (в исполнении педагога и аудиозаписи): определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух музыки двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки;
- **упражнения на ориентировку в пространстве**: простейшие построения и перестроения (в одну и две линии, в колонну, в цепочку, в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в классе, различные положения в парах и т. д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты;
- **ритмико-гимнастические упражнения**: общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц;
- **упражнения с детскими музыкальными инструментами**: игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
- **игры под музыку**: музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования (кто скорее, кто лучше, кто более и т. д.), игры по ориентировке в пространстве;
- **танцевальные упражнения**: выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, балетных и современных танцев;
- **декламация песен под музыку**: выразительная декламация песен под музыкальное сопровождение и управление педагога, воспроизведение ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.).

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).

3. Описание места коррекционного курса

«Ритмика» в учебном плане

Коррекционный курс «Ритмика» реализуется в рамках коррекционно-развивающей области учебного плана для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). На освоение коррекционного курса «Ритмика» отводится во 2 классе – 68 часов в год.

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Личностные результаты обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в результате освоения коррекционно-развивающей области «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

- 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;
- развитие выразительности движений и самовыражения; развитие мобильности.

6. Содержание учебного предмета

Упражнения на ориентировку в пространстве.

1. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.
2. Перестроение в круг из шеренги, цепочки.
3. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.
4. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Ритмико-гимнастические упражнения.

1. Общеразвивающие упражнения

- Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).

- Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч).

- Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

2. Упражнения на координацию движений

- Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх.

- Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т.д.

- Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

- Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

3. Упражнение на расслабление мышц

- Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение.

- Свободное круговое движение рук.

- Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

1. Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

2. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук.

4. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

Игры под музыку.

1. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий).

2. Изменение направления и формы ходьбы, бега, прыжков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т.д.).

3. Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным

эмоциональным и динамическим характером музыки.

4. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.

5. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения

1. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах.

Подпрыгивание на двухногах.

2. Прямой галоп. Маховые движения рук.

3. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение сплаточком).

4. Притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.

5. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.

6. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Танцы и пляски

Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то»

Стукалка. Украинская народная мелодия

Подружились. Музыка Т. Вилькорейской

Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия

Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия

Тематическое планирование .

№	Тема	Количество часов	Дата план	Дата факт	Примечание
Упражнения на ориентировку в пространстве.14 ч.					
1.	Инструктаж по ОТ и ТБ. Упражнения на ориентировку в пространстве. Совершенствование навыков ходьбы и бега.	2			
2.	Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала.	2			
3.	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	2			
4.	Построение в колонну по два.	2			
5.	Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	2			
6.	Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.	2			
7.	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места.	2			
Ритмико-гимнастические упражнения. 30 ч.					
8.	Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения.	2			
9.	Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.	2			
10.	Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения.	2			
11.	Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени.	2			
12.	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс.	2			
13.	Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи).	2			
14.	Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.	2			
15.	Выставление правой и левой ноги поочерёдно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение.	2			

16.	Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке.	2			
17.	Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.	2			
18.	Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх-вниз с одновременным движением левой руки от себя-к себе перед грудью.	2			
19.	Разнообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение)	2			
20.	Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения.	2			
21.	Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.	2			
22.	Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.	2			
	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.(6 ч.)				
23.	Упражнения для кистей рук с музыкальными ложками. Базовые упражнения.	2			
24.	Отстукивание ритмических рисунков на бубне.	2			
25.	Отстукивание ритмических рисунков маракасами. Упражнения «Песок», «Карнавал».	2			
	Игры под музыку (12 ч)				
26.	Игры под музыку. Выполнение движений с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий)	2			
27.	Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении.	2			
28.	Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.	2			
29.	Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.	2			
30.	Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами.	2			
31.	Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен.	2			

	Танцевальные упражнения. 6 ч.				
32.	Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца. Тихая настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг.	2			
33.	Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, лёгкие пскоки.	2			
34.	Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием.	2			
	Итог:	68			

1. Материально-техническое обеспечение курса Библиотечный фонд

(книгопечатная продукция).

- Захаров В.М. «Танцы народов мира». Москва Просвещение»2010г.
- Костровицкая В.В. «100 уроков классического танца». М « Просвещение» 2010г.
- Справочные пособия, энциклопедия «Музыкальное искусство», Книга «О музыке и музыкантах».

Печатные пособия.

- Никитин В.А «Искусство танца.» М.,2009.
- Портреты композиторов(комплект).
- Технические средства обучения.

Комплект звуковоспроизводящей аппаратуры

- микрофоны, усилители, динамики
- Компьютер (для педагога)
- Медиапроектор (для демонстрации электронных образовательных ресурсов).

Музыкальные инструменты и игрушки: бубен, мячик, ложки, маракасы.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201282

Владелец Исмаилов Эльнур Сардарович

Действителен с 18.09.2023 по 17.09.2024