

Приложение № 3.9__ к АООП образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
ГБОУ «Клетнянская школа - интернат».

**Рабочая программа коррекционного курса
«Ритмика»
для обучающихся с умственной отсталостью,
осваивающих АООП образования обучающихся с умственной
отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
1 вариант, 5- 8 класс**

Структура рабочей программы:

- 1) пояснительная записка коррекционного курса;
- 2) общая характеристика коррекционного курса;
- 3) описание места коррекционного курса в учебном плане;
- 4) личностные и предметные результаты
- 5) содержание коррекционного курса;
- 6) тематическое планирование с определением учебной деятельности;
- 7) материально-техническое обеспечение образовательной деятельности;

Пояснительная записка

Рабочая программа была составлена на основании ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённого приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 г. № 1599, ФАООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённой приказом Минпросвещения России от 24.11.2022г. № 1026, комплекта примерных рабочих программ по адаптивной физической культуре для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренного решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 29 сентября 2022года № 7/22), АООП для обучающихся с умственной отсталостью ГБОУ «Клетнянская школа-интернат», учебного графика ГБОУ «Клетнянская школа - интернат» на текущий учебный год, расписания занятий.

Цель:

-осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

-использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

Задачи:

- способствовать коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности;
- ориентироваться в задании и планировать свою

деятельность, намечать; последовательность выполнения задания;

- совершенствовать зрительно - двигательную координацию;
- укреплять здоровье.

Учитывая психофизические особенности и особенности познавательной сферы учащихся, дополнительно поставлены следующие коррекционные задачи:

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти;
- развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве;
- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела;
- развитие внимания;
- формирование положительной мотивации.

2. Общая характеристика коррекционного курса

"Ритмика" - это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных физических и психокоррекционных упражнений улучшаются качественные характеристики движений, развиваются важные для школьной готовности такие личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения. Занятия по "Ритмике" построены на сочетании музыки, движения, речи.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально - ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать

содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

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 четырех разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико - гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими 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 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. Упражнения с детскими инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить 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. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

3. Описание места коррекционного курса в учебном плане

Коррекционный курс «Ритмика» входит в коррекционно – развивающую область учебного плана ГБОУ «Клетнянская школа – интернат». Проводятся занятия в соответствии с расписанием, программа рассчитана на 1 час в неделю. Всего 138 ч в год.

Фактическое количество часов по коррекционному курсу рассчитывается исходя из учебного графика на конкретный учебный год.

Количество часов:

Класс	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
5	8	8	10	8	34
6	8	8	10	<u>9</u>	35
7	8	8	10	<u>9</u>	35
8	8	8	10	8	34

4. Личностные и предметные результаты

1. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Личностные:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника,

- друга;
- формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
 - формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;
 - оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).

Предметные:

Минимальный уровень:

представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; выполнение не сложных упражнений под руководством учителя; знание основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение; выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;

знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием.

выполнение ритмических комбинаций движений на уровне возможностей обучающихся; понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);

Достаточный уровень:

представления о выразительных средствах музыки;
самостоятельное выполнение комплексов упражнений;

владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;

выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;

подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений, совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;

знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

знание и применение правил

бережного обращения с инвентарём;
соблюдать правильную дистанцию в
колонне.

Оценки за коррекционные занятия не выставляются.

5. Содержание коррекционного курса.

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве: Правильное исходное положение. Ходьба и бег (с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка). Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Ритмико – гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, 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, 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 полу пальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз. Свободное круговое движение рук.

Упражнения с музыкальными инструментами. Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя.

Игры под музыку. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка. Самостоятельная смена движения

в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Игры с пением, речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Маховые движения рук.

Тематическое планирование с определением учебной деятельности.

Вид программного материала	Кол-во часов				Основные виды учебной деятельности
	Класс				
	5	6	7	8	
Упражнения на ориентировку в пространстве	9	9	9	9	Самостоятельно занимают правильное исходное положение. Выполняют ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняют перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируются в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаются по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
Ритмико-гимнастические упражнения	10	10	10	10	Двигаются в соответствии с разнообразным характером

				музыки, различают в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передают в движении ритмический рисунок. Выполняют упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняют наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).	
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	2	2	2	2	Ритмично выполняют гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку. Различают и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые ритмические рисунки.
Игры под музыку	6	6	6	6	Учатся выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя); формулируют

					собственное мнение; Выразительно и эмоционально передают в движениях игровые образы. Исполняет игры с пением и речевым сопровождением
Танцевальные упражнения	7	8	8	7	Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг по показу и по словесной инструкции учителя.
Всего	34	35	35	34	

7. Материально – техническое обеспечение образовательной деятельности.

Методическая литература:

1. Т.А. Затымина, Л.В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно – методическое пособие.
2. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика/ А. И. Буренина.- СПб, 2000.
3. Власова, Т. М. Фонетическая ритмика / Т. М. Власова, А. Н. Пфафенродт. -М.1997.

Материально – техническое обеспечение:

- технические средства обучения (ноутбук, интерактивная панель);
- музыкально – дидактические игры;
- детские музыкальны: барабан, бубен, деревянные ложки;
- дидактическое оборудование: обручи, гимнастические палки, скакалки и т.д.