

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ
Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Благовещенская общеобразовательная школа-интернат»

658 670, пер. Колхозный, 114, р. п. Благовещенка, Благовещенского района, Алтайского края.
Адрес сайта: <http://crib.edu22.info>, Эл. почта: shk4792@yandex.ru, тел. 8 385 64 23330

РАССМОТРЕНО
МС

Протокол № 1
от «28» 08 2024г.
Зам

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УР

от «30» 08 2024г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы – интерната

С.А.Дорохов
Приказ № 6
от «02» 09 2024г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КОРРЕКЦИОННОГО РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА
«РИТМИКА»
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ЛЕГКОЙ УМСТВЕННОЙ
ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ
НАРУШЕНИЯМИ)

Вариант 1
2 класс

учитель музыки и пения
Филиппова Татьяна Викторовна
первая квалификационная категория

ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА «РИТМИКА» 2 КЛАСС ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа коррекционно-развивающего курса «РИТМИКА» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года № 1599;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации №1026 от 24 ноября 2022г.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с УО КГБОУ «Благовещенская общеобразовательная школа-интернат»;
- Устав КГБОУ «Благовещенская общеобразовательная школа-интернат»;
- Федеральный перечень учебников №119 от 21.02.2024

Категория обучающихся: обучающиеся второго класса

Сроки освоения программы: 1 год.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: пятидневная рабочая неделя.

Цель коррекционно-развивающего курса: коррекция недостатков психического и физического развития умственно отсталых (с интеллектуальными нарушениями) детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи коррекционно-развивающего курса:

- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, чёткости и точности движений;
- приобщение к музыке, восприятие, различие и понимание специфических средств музыкального «языка»: высота звука, динамика, темп;
- усвоение несложных музыкальных форм, развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- всестороннее развитие и раскрытие творческого потенциала учащихся;
- развитие эстетического чувства и художественного вкуса у детей;
- воспитание уважения к русским традициям и культуре других народов.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых (с интеллектуальными нарушениями) школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств

личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

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

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или 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.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

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

На каждом занятии осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности.

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 (с интеллектуальными нарушениями) 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.

Обучению умственно отсталых (с интеллектуальными нарушениями) детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. 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, переменный шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области учебного плана КГБОУ «Благовещенская общеобразовательная школа-интернат».

На занятия по коррекционно-развивающему курсу «Ритмика» отводится: • во 2 классе 1 час в неделю.

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОРАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА

Личностными результатами изучения курса является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные результаты:

Обучающиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить своё 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 круги 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.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание курса коррекционных занятий «Ритмика» представлен в АООП следующими разделами:

- упражнения на ориентировку в пространстве,
- ритмико-гимнастические упражнения,
- упражнения с детскими музыкальными инструментами,
- игры под музыку,
- танцевальные упражнения.

Специфические средства воздействия данных коррекционно-развивающих занятий для обучающихся с легкой умственной отсталостью способствуют общему развитию школьников данной категории, коррекции и компенсации особенностей их психофизического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности, эстетическому воспитанию.

2 класс

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Шаг на носках, в полуприсяде, выпадами.

Ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Упражнения с мячом, с флажками.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т.д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны и перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол). Простейшие приёмы самомассажа. Гимнастика для глаз.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряжённое и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление

первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочерёдно. Пальчиковые игры. Массаж пальцев. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочерёдно в разных вариациях. Работа над певческим дыханием и развитием певческого голоса.

Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с 43 предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Подскоки с ноги на ногу, лёгкие подскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Элементы русской пляски: шаг с подскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Рекомендуемые танцы и пляски. «Зеркало» (русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелёк»), «Парная пляска» (чешская народная мелодия), «Хлопки» (полька, музыка Ю. Слонова), «Русская хороводная пляска» (русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку»).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС (33 часа)

№	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	7	<i>Отрабатывают</i> навыки ходьбы: • ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала; • построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары; • построение в колонну по два. • перестроение из колонны парами в колонну по одному; • построение круга из шеренги и движения врассыпную; • выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место; • шаг на носках, в полуприсяде, выпадами.
2	Ритмико-гимнастические упражнения	8	<i>Общеразвивающие упражнения</i> Выполняют разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.

			<i>Тренируются в</i> • наклонах и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения; • наклонах туловища, сгибая и не сгибая колени; • наклонах и поворотах туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс; • поворотах туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускают и поднимают предметы перед собой, сбоку без сгибания колен. <i>Учатся</i> • выставлять правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение; • резко поднимать согнутые в колене ноги, как при маршировке. Сгибают и разгибают ступни в положении стоя и сидя. Осваивают упражнения на выработку осанки; упражнения с мячом, с флажками. <i>Упражнения на координацию движений</i> Осваивают навыки: • движения правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук); • разнообразных перекрёстных движений правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т.д.). Выполняют упражнения ритмично, под музыку. Ускоряют и замедляют движения в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполняют движения в заданном темпе и после остановки музыки. <i>Упражнения на расслабление мышц</i> Раскачивают руки поочередно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Имитируют отбрасывание воды с пальцев, движения листьев во время ветра. Выполняют простейшие приёмы самомассажа; гимнастики для глаз.
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	2	<i>Осваивают навыки:</i> • круговых движений кистью (напряжённое и свободное); • одновременного сгибания в кулак пальцев

			одной руки и разгибания другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставляют первый палец остальным; пальцы одной руки пальцам другой одновременно и поочерёдно. Выполняют пальчиковые игры, массаж пальцев. Исполняют восходящую и нисходящую гамму в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивают гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике. Исполняют несложные ритмические рисунки на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочерёдно в разных вариациях. Работают над певческим дыханием и развитием певческого голоса.
4	Игры под музыку	6	<i>Выполняют</i> движения в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). <i>Упражняются</i> на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. <i>Передают</i> в движении разницу в двухчастной музыке. <i>Выразительно исполняют</i> в свободных плясках знакомые движения. Выразительно и эмоционально <i>передают</i> в движениях игровые образы и содержание песен. Самостоятельно создают музыкально-двигательный образ. <i>Участвуют</i> • в музыкальных играх с предметами; • в играх с пением и речевым сопровождением. <i>Инсценируют</i> доступные песни. <i>Прохлопывают</i> ритмический рисунок прозвучавшей мелодии.

5	Танцевальные упражнения	10	<i>Повторяют</i> элементы танца по программе для 2 класса. <i>Знакомятся</i> с новыми танцевальными движениями: • тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг; • неторопливый танцевальный бег, стремительный бег; • подскоки с ноги на ногу, лёгкие подскоки. • переменные притопы; • прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Осваивают элементы русской пляски: • шаг с подскоками, переменный шаг; • руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; • подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Упражняются в движении парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Знакомятся с основными движениями местных народных танцев.
---	-------------------------	----	---

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

1. Учебно-методический комплекс:
2. • Авилова С.А., Калинина Т.В. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». - Волгоград: Учитель, 2008г.
3. • Барышникова Т. «Азбука хореографии».- М.: Айрис Пресс, 1999г.
4. • Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат».-М.: ТЦ Сфера, 2009г.
5. • Ваганова А. Я. «Основы классического танца».-С.П., 2000г.
6. • Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы».- М.: ВАКО, 2007г.
7. • Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие» .-М.: МГИУ, 2008г.
8. • Затымина Т. А., Стрепетова Л. В. «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие».-М.: Издательство «Глобус», 2009г.
9. • Климов А. «Основы русского народного танца».-М.: Искусство, 1981г.
10. • Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы».-М.: ВАКО, 2009г.
11. • Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг».-М.: Новая школа, 1998г.
12. • Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие».-М.: ВЛАДОС, 2008г.
13. • Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание».-М.: Просвещение, 1989г.
14. • Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие».-СПб.: Детство-пресс, 2001г.
15. • Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу».-М., 2008г.

Технические средства обучения:

ноутбук, музыкальный центр, телевизор.

Экранно – звуковые средства: USB носитель, музыкальный сборник: «Детские песни», «Барбарики», «Непоседы», «Семицветики», «Волшебники двора» и др.

Учебно-практическое оборудование: комплект шумовых инструментов «Мастерская Сереброва».

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА «РИТМИКА»
2 класс**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1 четверть			
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	02.09
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	09.09
3.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	16.09
4.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	23.09
5.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	30.09
6.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	07.10
7.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	14.10
8.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	21.10

2 четверть			
9.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	11.11
10.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	18.11
11.	Игры под музыку	1	25.11
12.	Игры под музыку	1	02.12
13.	Игры под музыку	1	09.12
14.	Танцевальные упражнения	1	16.12
15.	Танцевальные упражнения. Танцы и пляски	1	23.12

3 четверть			
16.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	13.01
17.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	20.01
18.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	27.01
19.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	03.02
20.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	10.02
21.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	17.02
22.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	24.02
23.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	03.03
24.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	10.03
25.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	17.03
4 четверть			
26.	Игры под музыку	1	31.03
27.	Игры под музыку	1	07.04
28.	Игры под музыку	1	14.04

29.	Танцевальные упражнения	1	21.04
30.	Танцы и пляски	1	28.04
31.	Танцы и пляски	1	05.05
32	Танцы и пляски	1	12.05
33	Танцы и пляски	1	19.05