

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №31 имени Героя Советского Союза А. В. Спекова"

<p>РАССМОТРЕНО МО учителей естественно- научного цикла Руководитель МО  Ященко А.С. Протокол №1 от "30" 08 2023 г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  Марычева В.М. Протокол № 1 от "30" 08 2023 г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Директор  Малинова Е.И. Приказ № 90 от "30" 08 2023 г.</p> 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по коррекционно-развивающему курсу

«Ритмика»
для учащейся **5 Б класса**
Крикуновой Жанны
основное общее образование
на 2023-2024 учебный год

Составитель:
Педагог-психолог Телегина Галина Петровна

Бийск
2023

Пояснительная записка

Программа «Ритмика» предназначена для учащейся ОВЗ 5 класса с задержкой психического развития (Вариант 7.2) Крикуновой Галины Арсеновны и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2013 №273-ФЗ;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с ОВЗ ЗПР (вариант 7) МБОУ «СОШ № 31 имени Героя Советского Союза А.В. Спекова» для 5 класса;
- Примерная программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2015г.

Цели и задачи

Целью курса является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Основные задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Коррекционно-развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса; развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

На занятиях применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа.

Общая характеристика курса

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-волевую 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. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении мероприятий. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

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

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 представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

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

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

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.

Разделы:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Игры под музыку
4. 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.

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

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

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), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать

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, переменчивый шаг, присядка и др.).

Описание места курса в учебном плане

Учебный курс «Ритмика» является частью **коррекционно-развивающей области (коррекционные занятия)** учебного плана. Количество часов в неделю – 1 час, общее количество часов – 34.

Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Личностные результаты:

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

1. Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.
2. Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам.
3. Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.
4. Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в

строю.

5. Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.

6. Принимать участие в творческой жизни коллектива.

Предметные результаты:

1. принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

2. организованно строиться;

3. сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

4. самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

5. соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие движения в определенном ритме и темпе;

6. легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые упражнения»;

7. ощущать смену частей музыкального произведения в двучастной форме с контрастными построениями.

Базовые учебные действия:

Личностные учебные действия:

1. осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;

2. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

3. целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;

4. самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

5. понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

1. вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);

2. использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

3. обращаться за помощью и принимать помощь;

4. слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;

5. сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;

6. договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

1. адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);

2. принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

3. активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;

4. соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

1. выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

2. устанавливать видо-родовые отношения предметов;

3. делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;

4. пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;

5. читать; писать; выполнять арифметические действия;

6. наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;

7. работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

В программе по ритмике обозначены два уровня овладения предметными результатами: **минимальный и достаточный**.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень является обязательным для обучающихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по ритмике в 5 классе не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Минимальный уровень:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;

Достаточный уровень:

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.
- выполнять плясовые движения по показу учителя;
организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя.
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

При проведении занятий по ритмике оценивание не предполагается.

Содержание коррекционного курса «Ритмика»

Преподавание ритмики обучающимся с задержкой психического развития обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с ЗПР средствами ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию школьников с ЗПР, 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 ритмическая деятельность детей.

В процессе выполнения специальных упражнений (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, 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. 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.

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Основное содержание учебного материала составляют упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Программа по ритмике состоит из 6 разделов:

1. Ритмико-гимнастические упражнения;
2. Игры на развитие зрительного и слухового восприятия
3. Подвижные игры под музыку
4. Комплексы общеразвивающих упражнений
5. Упражнения с предметами
6. Упражнения на развитие мелкой моторики рук и кисти

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений.

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, выполнять упражнения на гибкость.

Основное содержание второго раздела составляют игры на развитие зрительного и слухового восприятия.

Третий раздел составляют подвижные игры, которые способствуют развитию координации движений в пространстве.

Четвертый раздел составляют комплексы общеразвивающих упражнений, способствующих выработке необходимых музыкально - двигательных навыков.

Основное содержание пятого раздела составляют упражнения с предметами, которые способствуют развитию навыков четкого исполнения отдельных движений и элементов.

В шестой раздел входят упражнения на развитие мелкой моторики рук, которые способствуют совершенствованию движений и сенсомоторному развитию.

Основная цель данных упражнений — научить школьников с ЗПР согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. Обучению детей упражнениям с предметами предшествует работа по развитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений.

В виду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

Коррекция отдельных сторон психической деятельности: коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений; коррекция – развитие двигательной памяти; коррекция – развитие внимания; формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина); развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени.

Развитие различных видов мышления: развитие наглядно-образного мышления; развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи).

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему разностороннему развитию школьников, преодолению отклонений в психическом и физическом развитии. Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально - ритмическая деятельность учащихся.

Дети усваивают несложные гимнастические упражнения, у них развиваются чувство ритма, музыкальный слух и память.

Эти задачи решаются через овладение учащимися разнообразными формами движения: выполнение ходьбы, бега, прыжков, поскоков, гимнастических. Программа отличается коррекционной направленностью обучения, обусловленной спецификой усвоения учебного материала детьми, испытывающими стойкие трудности в обучении, причиной которых является задержка психического развития различного характера. Межпредметные связи. Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки.

**Календарно-тематическое планирование
коррекционного курса «Ритмика»
для обучающейся 5 Б класса
(1ч в неделю 34)**

№	Тема	Кол – во часов	Дата проведения
1	Подготовительные упражнения. Техника безопасности на уроках ритмики	1	
2	Ходьба с координацией рук и ног	1	
3	Движения на развитие координации	1	
4	Упражнения ритмической гимнастики	1	
5	Подвижные игры	1	
6	Упражнения в беге	1	
7	Прыжковые упражнения	1	
8	Упражнения для мышц рук	1	
9	Упражнения для мышц туловища	1	
10	Упражнения для мышц ног	1	
11	Упражнения для мышц шеи	1	
12	Упражнения для мышц плечей	1	
13	Упражнения для мышц груди	1	
14	Упражнения для мышц предплечья	1	
15	Упражнения для мышц пресса	1	
16	Упражнения для мышц спины		
17	Упражнения для мышц бедра	1	
18	Упражнения для мышц икр	1	
19	Упражнения для улучшения кругового кровообращения	1	
20	Упражнения для снятия общего утомления	1	
21	Упражнения для снятия утомления с плечевого пояса	1	
22	Упражнения для снятия утомления с рук	1	
23	Упражнения для снятия утомления с мелких мышц кисти	1	
24	Упражнения для снятия утомления с мышц туловища	1	

25	Упражнения для мобилизации внимания	1	
26	Комплекс упражнений для гимнастики глаз	1	
27	Комплекс силовых упражнений	1	
28	Комплекс упражнений для дельтовидных мышц	1	
29	Упражнения для длинных мышц спины	1	
30	Комплекс упражнений для брюшного пресса	1	
31	Упражнения лежа на животе	1	
32	Комплекс упражнений для нижней части тела	1	
33	Упражнения для растяжки мышц стоя	1	
34	Упражнения с наклонами для мышц ног и спины	1	

Материально-техническое и методическое обеспечение.

Компьютер; мультимедийный проектор; экран, магнитофон, дидактический раздаточный материал;

Литература

Примерная программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2015г.

И.Г. Лопухина. Речь, Ритм, Движение, С-П изд-во «Дельта»

Элементарное музыкальное воспитание по системе Карла Орфа /Под ред. Л.А.Барейбойма. - М.Просвещение, 2021