

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Департамент образования администрации Нижнеилимского района
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Железногорская средняя общеобразовательная школа №1»

Адаптированная
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса
ритмика
(вариант 1) для 1-4 класса

г. Железногорск-Илимский, 2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная основная общеобразовательная программа (далее - АООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) - это общеобразовательная программа, адаптированная для этой категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, и обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Нормативно-правовую базу разработки АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) составляют:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 « 203-ФЗ»).

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

Цель реализации АООП образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) — создание условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

Достижение поставленной цели при разработке и реализации АООП предусматривает решение следующих **основных задач**:

- формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности (нравственно-эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное, физическое);

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их социального и эмоционального благополучия;

- формирование основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями;

- формирование основ учебной деятельности (умение принимать, сохранять цели и следовать им в процессе решения учебных задач, планировать свою деятельность, контролировать ее процесс, доводить его до конца, адекватно оценивать результаты, взаимодействовать с педагогами и сверстниками);

- создание специальных условий для получения образования в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого обучающегося как субъекта отношений в сфере образования;

- обеспечение вариативности и разнообразия содержания АООП и организационных форм получения образования обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья, типологических и

индивидуальных особенностей;

- формирование социокультурной и образовательной среды с учетом общих и специфических образовательных потребностей разных групп обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В основу разработки программы АООП для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) заложены **дифференцированный и деятельностный** подходы, осуществление которых предполагает:

- признание обучения как процесса организации речевой, познавательной и предметно-практической деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), обеспечивающего овладение ими содержанием образования и являющегося основным средством достижения цели образования;

- признание того, что развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) зависит от характера организации доступной им деятельности, в первую очередь, учебной;

- развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации;

- разработку содержания и технологий образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяющих пути и способы достижения ими социально желаемого уровня личностного и познавательного развития с учетом их особых образовательных потребностей;

- ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент Стандарта, где общекультурное и личностное развитие обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составляет цель и основной результат образования;

- реализацию права на свободный выбор мнений и убеждений, обеспечивающего развитие способностей каждого обучающегося, формирование и развитие его личности в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями;

- разнообразие организационных форм образовательного процесса и индивидуального развития каждого обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) курс «Ритмика» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

У детей с легкой умственной отсталостью наблюдается резкое снижение внимания к музыкальному звучанию, недостаточность эмоциональной отзывчивости на музыку (остаются безучастными к звучанию и спокойных лирических мелодий, и плясовой, и маршевой музыки). Детям свойственны неадекватные эмоциональные проявления при восприятии различных характерных пьес и песен, что связано с общим нарушением эмоционально-волевой сферы, слабостью интереса к окружающим предметам и явлениям вообще.

У детей с легкой умственной отсталостью нарушены двигательные функции, общая и речевая моторика.

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 умственной отсталостью является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма как их стержня.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

Цель курса: развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

- Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях
- Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).
- Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.
- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.
- Развивать координацию движений.
- Развивать умение слушать музыку.

- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.
- Развивать творческие способности личности.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

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:

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 между предметами, явлениями и событиями).

Развитие основных мыслительных операций:

развитие умения сравнивать, анализировать;

развитие умения выделять сходство и различие понятий;

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы: развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности;

воспитание самостоятельности принятия решения;

формирование устойчивой и адекватной самооценки;

формирование умения анализировать свою деятельность.

Коррекция – развитие речи: развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

3. ОПИСАНИЕ МЕСТА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

«Ритмика» входит в коррекционно– развивающую область. Согласно учебному плану на изучение курса в 1- 4 классах отводится 34 часа в год, 1 час в неделю.

4. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»:

- Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю.
- Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.
- Принимать участие в творческой жизни коллектива.

Предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»

<i>Минимальный уровень:</i>	<i>Достаточный уровень:</i>
<ul style="list-style-type: none">- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;- ходить свободным естественным шагом;- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;	<ul style="list-style-type: none">- 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.

5. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Программа по коррекционному курсу « Ритмике» состоит из пяти разделов:

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

Ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, Медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»), С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне,

духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

Музыкальные игры.

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения.

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

Круговой галоп. Венгерская народная мелодия.

Кадриль. Русская народная мелодия.

Бульба. Белорусская народная мелодия.

Узбекский танец. Музыка Р. Глиэра.

Грузинский танец «Лезгинка».

6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема	Вид учебной деятельности
<i>Упражнения на ориентировку в пространстве</i>	
Построение в шахматном порядке.	Уметь сохранять правильный рисунок и правильную дистанцию.
Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре.	Учащиеся должны научиться построению в колонну по четыре. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре, в колонну по три, в колонну по два и наоборот.
Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов.	Учащиеся должны научиться перестроению из нескольких колонн в несколько кругов, четыре отдельных маленьких круга, сужение и расширение кругов.
Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели.	Учащиеся должны научиться перестроению (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей», движения к определённой цели и между предметами).
Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием предметов.	Отвлекаясь на предметы (ленты, обручи, скакалки) уметь ориентироваться в пространстве: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место, перекидывать, меняться местами (из круга - в круг, два круга, три круга, четыре круга, в шеренгу, в шахматном порядке и т.д.).
Упражнения с предметами.	Должны уметь выполнять перелезание через палку, обруч.
Ходьба по центру зала, диагонали.	Совершенствование техники ходьбы тихим шагом, быстрым шагом, галопом по центру зала; умение намечать диагональные линии из угла в угол.
Бодрый, спокойный, топающий шаг.	Владеть навыками направления движения вправо - влево, шеренга, цепочка, в круг, из круга; по четыре, по три, по два, по одному.
«Упражнения на ориентировку в пространстве» - урок обобщения и коррекции умений учащихся.	Закрепление. Обобщение музыкальных и ритмических навыков, знаний. Правильное, быстрое и точное выполнение выученных ритмических движений с хореографическими элементами.
<i>Ритмико-гимнастические упражнения</i>	
Общеразвивающие упражнения.	Уметь делать наклоны, повороты, и круговые движения головы. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением.
Всевозможные сочетания движения ног.	Уметь выставлять ноги вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.
Упражнения на координацию движений.	Уметь применять разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.
Прохлопывание и протопывание ритмического рисунка мелодии без предметов.	Уметь выполнять упражнения по музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление ритмических рисунков

	в сочетании хлопков и притопов.
Прохлопывание и протопывание ритмического рисунка мелодии с предметами.	Уметь выполнять упражнения по музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов с предметами (погремушками, бубном, барабаном).
Упражнения на расслабление мышц.	Уметь выполнять прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом. Выполнять упражнения: «Петрушка», «Распускающийся цветок» и «Увядаящий цветок».
Урок контроля, оценки и коррекции знаний учащихся.	Закрепление навыков в процессе специальных упражнений.
Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Игры под музыку.	
Упражнения для кистей и пальцев рук.	Уметь выполнять круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца другим. Уметь двигать кистью и пальцами в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.
Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Уметь сгибать и разгибать кисти рук, встряхивать, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.
Ритмические упражнения на барабане.	Уметь самостоятельно исполнять различные ритмы на барабане в среднем и быстром темпе.
Упражнения на пианино.	Уметь исполнять гаммы на пианино. Разучивание несложных мелодий.
Ритмические упражнения на бубне.	Уметь самостоятельно исполнять различные ритмы на бубне в среднем и быстром темпе.
Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка.	Уметь с помощью упражнений передать ритмический рисунок, акцент, темповые и динамические изменения в музыке.
Подвижные игры с пением.	Уметь самостоятельно создать музыкально-двигательный образ. Инсценировать песню, прохлопывая ритмический рисунок прозвучавшей мелодии.
Игры с речевым сопровождением	Уметь выполнять точно с проговариванием стихов, ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий).
Инсценирование музыкальных сказок и песен.	Ученики должны правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега, притопов, прихлопов в соответствии с характером и построением музыкального отрывка.
Ритмические упражнения на трещотках.	Уметь самостоятельно исполнять различные ритмы на трещотках в среднем и быстром темпе при этом выполняя движения.
Танцевальные упражнения.	
Русский танец «Кадриль».	Уметь различать основные характерные движения русской народной мелодии. Выполнять правильно и чётко шаг кадрили.
Круговой галоп.	Уметь различать основные характерные движения венгерской народной мелодии. Уметь выполнять пружинящий бег.

Белорусский танец «Бульба».	Уметь различать основные характерные движения белорусской народной музыки. Уметь выполнять поскоки с продвижением назад(спиной).
Узбекский танец.	Уметь различать основные характерные движения узбекской мелодии.
Грузинский танец. «Лезгинка».	Уметь различать основные характерные движения грузинской мелодии. Применять навыки быстрых мелких шагов на всей ступне и на полупальцах.
Танец с хлопками.	Уметь показать быстро и точно основные движения карельского танца. Вместе с танцевальными движениями прохлопывать ритмический рисунок танца.
Упражнения на различение элементов народных	Уметь различать стиль, ритм, темп, различных народных танцев (русский, украинский, белорусский, грузинский и т.д). Различать основные характерные движения некоторых народных танцев.
Урок контроля, оценки и коррекции знаний учащихся.	Закрепление навыков в процессе специальных упражнений (с предметами, с детскими музыкальными инструментами) под музыку. Умение легко и непринуждённо выполнять все игровые и плясовые движения; в игровых и плясовых движениях передавать различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.

7. МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ «РИТМИКА»

1. Татьяна Коренева. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста в 2-х ч. Учебно – методическое пособие. Владос, 2001 г.

2. Г.А.Колодницкий. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно – методическое пособие. Гном – Пресс, 2000 г.

- иллюстрированные картинки с изображением различных движений; CD- диски;
- аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр; пианино;
- резиновые мячи среднего размера;
- коврики;
- обручи;
- скакалки;
- бубны;
- детские барабаны;
- ленты;
- платочки;
- палки;
- флажки.