

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специальная коррекционная общеобразовательная школа-интернат № 8»

РАССМОТРЕННА и ПРИНЯТА
на заседании Педагогического совета
(Протокол № 1 от 30.08.2023)

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 01.09.2023 № 61-од



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету

«Ритмика»

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

1 класс

(вариант 1)

на 2023-2024 учебный год

Учитель: Игушева Оксана Николаевна

Гремячинск,
2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционно-развивающему занятию «Ритмика».

Она разработана в целях решения оздоровительных, образовательных, воспитательных и коррекционных задач. Рабочая учебная программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта на базовом уровне; дает распределение учебных часов по разделам курса и определяет последовательность изучения разделов с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, возрастных особенностей учащихся; определяет набор тестов и зачётов, выполняемых учащимися.

Общая характеристика коррекционно-развивающего занятия

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического

развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Цели и задачи обучения

- научить слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах;
- развитие представления учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем;
- развитие ловкость, быстроту реакции, точность движений;
- развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук;
- развитие слухового восприятия, способности переживать содержание музыкального образа;
- оказывать коррекционное воздействие на физическое развитие, создавать благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие;
- развивать активность и воображение, координацию и выразительность движений;
- развивать дыхательный аппарат и речевую моторику;

Место предмета в базисном учебном плане

В федеральном базисном учебном плане на предмет ритмики в 1-ом классе выделяется 1 час в неделю. Общее число часов за год обучения составляет 33 .

Общеучебные умения, навыки и способы деятельности

Содержанием работы на уроках 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. 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.

Содержание курса

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».

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 пяти 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.

Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

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 детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

Обучению умственно отсталых 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. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой.

Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

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.).

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

**Календарно-тематическое планирование
по коррекционно-развивающему занятию «Ритмика»**

Тема	Дата	Кол-во часов	Формируемые представления	Материалы и оборудование	Содержание, виды деятельности
Вводный урок.		1	Правила техники безопасности на уроках предмета «музыка и движение».	Папка, иллюстрации, ноты к программным песням, звуковоспроизводящее оборудование, цифровые носители с записью музыкальных произведений музыкальные инструменты, гимнастический инвентарь.	Знакомство с кабинетом, его оборудованием. Правила поведения и техники безопасности на уроке.
Упражнения на ориентировку в пространстве.		1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, на лево, на право.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Ходьба по залу под музыку строем по одному со сменой направлений.
Ритмико-гимнастические упражнения, общеразвивающие.		1	Продолжение работы над ориентировкой в направлении движений, формирование понятия - гимнастическое упражнение.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях.
Игры под музыку.		1	Звуки вокруг нас.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта,

					деятельность человека).
Ритмико – гимнастические упражнения на координацию движений.		1	Развитие координации движений.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — в перед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д.
Активизация внимания к единой правильной интонации. Развитие слухового внимания и чувства ритма на специальных ритмических упражнениях.		1	Развитие слухового внимания и чувства ритма на специальных ритмических упражнениях.	Папка, иллюстрации, цифровые носители с записью музыкальных произведений. Ноты к программным песням.	Что за дерево такое? Музыка М. Старокадомского, слова Л. Некрасовой.
Танцевальные упражнения.		1	Формирование понятия – танец.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах.
Ритмико – гимнастические упражнения на расслабление мышц.		1	Упражнения на расслабление мышц, их место в повседневной жизни.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	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.
Ритмико – гимнастические упражнения на расслабление мышц.		1	Упражнения на расслабления мышц их сочетание и применение.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).
Ритмико-гимнастические упражнения, общеразвивающие.		1	Ритмико-гимнастические упражнения на верхний и нижний плечевой пояс.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений, обруч, палка, флажки, мяч.	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).
Упражнения на ориентировку в пространстве		1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, на лево, на право. Формирование понятия «строй»	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки.
Танцевальные упражнения.		1	Формирование понятия – танец.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах.
Ритмико – гимнастические упражнения на координацию движений.		1	Упражнения на координацию движений рук.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений	Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.
Игры под музыку.		1	Динамические оттенки в движении.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий).

Танцевальные упражнения.		1	Формирование понятия – танец.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Прямой галоп. Маховые движения рук.
Игры под музыку.		1	Динамические оттенки в движении.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.).
Танцевальные упражнения.		1	Формирование понятия – русский народный танец.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений. Платок.	Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком).
Упражнения на ориентировку в пространстве		1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, на лево, на право. Формирование понятия – гимнастический предмет.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений. Флажки гимнастические ленточки.	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.
Ритмико-гимнастические упражнения, общеразвивающие.		1	Упражнения для ног.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь.
Ритмико – гимнастические упражнения на координацию движений.		1	Ритмический рисунок.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.
Ритмико-гимнастические упражнения, общеразвивающие.		1	Упражнения для ног.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы.

Игры под музыку		1	Работа над правильным дыханием.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Игры с пением.
Ритмико-гимнастические упражнения, общеразвивающие		1	Ритмико-гимнастические упражнения на осанку.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Упражнения на выработку осанки.
Игры под музыку		1	Работа над правильным дыханием.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Игры с речевым сопровождением.
Танцевальные упражнения.		1	Формирование понятия – русский народный танец.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Элементы русской пляски: притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.
Получение эстетического наслаждения от собственного пения.		1	Эстетическая ценность пения.	Папка, иллюстрации, цифровые носители с записью музыкальных произведений. Ноты к программным песням	- А. Вивальди. Аллегро. Из концерта для скрипки с оркестром. Ля минор. - М. Глинка. Полька.
Игры под музыку		1	Гимнастические предметы.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений. Мячи, скакалки, обручи.	Музыкальные игры с предметами.
Игра на музыкальных инструментах.		1	Формирование понятия о музыкальных инструментах. Их классификация.	Папка, иллюстрации, цифровые носители с записью музыкальных произведений. Ноты к программным песням. Детские музыкальные инструменты.	- П. Чайковский. Танец маленьких лебедей. Из балета «Лебединое озеро». - Неприятность эту мы переживем. Из мультфильма «Лето кота Леопольда». Музыка Б. Савельева, слова А. Хаита.
Ритмико-гимнастические упражнения, общеразвивающие		1	Ритмико-гимнастические упражнения на осанку.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Упражнения на выработку осанки.

Игры под музыку		1	Гимнастические предметы.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений. Мячи, скакалки, обручи.	Музыкальные игры с предметами.
Игры под музыку		1	Продолжение работы над правильным дыханием.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Игры с пением и речевым сопровождением.
Танцевальные упражнения.		1	Формирование понятия – русский народный танец.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.
Танцевальные упражнения.		1	Формирование понятия – русский народный танец.	Цифровые носители с записью музыкальных произведений.	Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.

Актовый зал (класс), в котором проводятся уроки ритмики, оборудуется:

- музыкальными инструментами
- техническими средствами обучения (магнитофон, проигрыватели для виниловых и компакт дисков, видеоаппаратура, диапроектор);
- музыкально-дидактическими пособиями (аудио- и видеозаписи, компакт диски, диапозитивы, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры, нотная и методическая литература).
- спортивный инвентарь (обручи, флажки, ленты, мячи и др.)

В классе ограничивается количество предметов, отвлекающих внимание (картины, стенды и т. п.). Помещение должно иметь хорошую звукоизоляцию. Дети во время уроков располагаются на некотором расстоянии друг от друга. Учебные места двигательного-расторможенных детей находятся на минимальном расстоянии от преподавателя.

Контроль и оценка достижения планируемых результатов обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями):

Учащиеся должны уметь:

- передавать ритмический рисунок подпевок (хлопками, на металлофоне, голосом);
- определять разнообразные по содержанию и характеру музыкальные произведения (веселые, грустные и спокойные).
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое 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 круг 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.

Критерии и нормы оценки обучающихся:

Функция оценки - учет знаний.

Проявление интереса (эмоциональный отклик, высказывание со своей жизненной позиции).

Оценка по предмету должна учитывать индивидуальный уровень интеллектуального, психического, физического и музыкального развития обучающегося, интенсивность его формирования музыкально-слуховых представлений, практических умений и навыков, накопление первичных знаний о

музыке. Поводом для отрицательной оценки действий обучающегося не могут служить отсутствие ярко выраженного интереса к музыкальным занятиям и эмоционального отклика на музыку, бедность речевых характеристик исполняемой музыки, нарушение координации между слухом и голосом, слухом и моторно-двигательными проявлениями.

Используемые формы оценивания результатов обучения:

1. беседа,
2. тестирование,
3. наблюдение,
4. опрос.

Мониторинг базовых учебных действий:

[illegible]

1 а класс							
Группа БУД	Регулятивные учебные действия						
	входить и выходить из учебного помещения со звонком	ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения)	мебелью	адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.)	работать с учебными принадлежностями	самостоятельно использовать расписание активностей на уроке	передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения
Сент. 2016г.							
ай 2017г.							

ЛИСТ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЙ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО ПРЕДМЕТУ: «РИТМИКА»

Год: _____

Класс: _____

ФИ учителя: _____

Квалификационная категория: _____

0 б. – не владеет

1 б. – частично владеет

2 б. – в полной мере владеет

ФИ ученика

№	Предметные результаты							
1.	Умение различать песню, танец, марш.							
2.	Умение передавать ритмический рисунок подпевок (хлопками, на металлофоне, голосом).							
3.	Умение готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое 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.							
4.	Умение ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.							
5.	Умение ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии.							
6.	Умение ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.							
7.	Умение соотносить темп движений с темпом музыкального произведения.							
	Умение выполнять игровые и плясовые движения.							
8.	Умение выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя							
9.	Умение начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.							
Итого:								

Подсчёт результатов:

0 – 6 баллов – низкий уровень достижения предметных результатов;

7 – 20 баллов – средний уровень достижения предметных результатов;

20-27 баллов – высокий уровень достижения предметных результатов.

Перечень литературы и учебно-методического обеспечения:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ;
2. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).
3. АООП ГКОУ «Волгоградская школа-интернат №5». 2016 г.
4. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья». Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 №26.
5. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией Воронковой В.В. 1-4 классы - М.: «Просвещение», 2012 год.
6. Мерзлякова С.И. музыкально-игровой материал. Учебное пособие для учащихся /
С.И. Мерзлякова – М.: Гуманитарное издание. «Владос», 2002
7. Алпарова Н.Н. Музыкально-игровой материал для школьников / Н.Н. Алпарова – М.: Гуманит. Изд. «Владос», 2002
8. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии . Учебное пособие для студентов пед.учеб. заведений./ под ред. Е.А. Медведевой/ Изд. Центр «Академия», 2002г.

