

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 п. Теплое имени кавалера ордена
Красной Звезды К.Н. Емельянова»
Тепло-Огаревского района Тульской области

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей
начальных классов

Протокол №1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директором МКОУ
«СОШ №2 п. Теплое им. кавалера
ордена Красной Звезды
К.Н. Емельянова» Лобановой Л.В.

Приказ от 31.08.2023 № 88-осн.

**Рабочая программа общего образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

вариант 1

коррекционного курса

«Ритмика»

(для 3 класса)

Теплое
2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

Идентификатор: a0730428-eab2-4c72-a652-3cf88dd43122

ОТПРАВЛЕНО

**МКОУ "СОШ №2 П. ТЕПЛОЕ ИМ. КАВАЛЕРА ОРДЕНА КРАСНОЙ
ЗВЕЗДЫ К.Н. ЕМЕЛЬЯНОВА", ЛОБАНОВА ЛИЛИЯ ВИКТОРОВНА,
ДИРЕКТОР**

Сертификат 017DABC4007DB05FB348FCD476964964B9

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19.12.2014г.
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 1026 от 24.11.2022г.
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 17 сентября 2020 г. № 3/20.
- Адаптированной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МКОУ «СОШ №2 п. Теплое им. кавалера ордена Красной Звезды К.Н. Емельянова».
- Постановлением Главного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей»».
- Учебным планом ОО на 2023-2024 учебный год.

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

Цель – развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

Основными задачами коррекционного курса являются: развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки,

красивой походки; обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений; коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы.

Решение поставленных задач имеет большое значение для коррекции недостатков психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, их познавательных возможностей и интересов.

Программа представлена следующими разделами: упражнения на ориентировку в пространстве, ритмико – гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения), упражнения с детскими музыкальными инструментами, игры под музыку, танцевальные упражнения.

Общая характеристика коррекционного курса

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

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданным направлением, перестроение с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», движение к определённой цели между предметами) осуществляется развитие представлений обучающихся о пространстве и умении ориентироваться в нём.

Упражнения с предметами развивают ловкость. Быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умению ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движения рук. Этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

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

Описание места коррекционного курса в учебном плане

Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» в 3 классе рассчитана на 34 часа (1 час в неделю, 34 учебные недели).

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

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 определён их объём, а также указаны знания и умения, которым 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. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков, выработку координации движений.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Идентификатор: a0730428-eab2-4c72-a652-3cf88dd43122

ОТПРАВЛЕНО

**МКОУ "СОШ №2 П. ТЕПЛОЕ ИМ. КАВАЛЕРА ОРДЕНА КРАСНОЙ
ЗВЕЗДЫ К.Н. ЕМЕЛЬЯНОВА",** ЛОБАНОВА ЛИЛИЯ ВИКТОРОВНА,
ДИРЕКТОР

Сертификат 017DABC4007DB05FB348FCD476964964B9

предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением, сопоставление пальцев. Задание на координацию рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

Обучение танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы, дети знакомятся с названием танцев и их основными движениями (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и другие). Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования - введения обучающихся с умственной отсталостью в культуру овладения ими социокультурным опытом.

Личностные результаты должны отражать:

- осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты освоения АООП имеют 2 уровня: минимальный и достаточный. Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

**Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов
коррекционного курса «Ритмика»**

<i>Минимальный уровень</i>	<i>Достаточный уровень</i>
<p>узнавать знакомые мелодии и эмоционально реагировать на них;</p> <p>двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;</p> <p>выполнять с помощью взрослого несложные движения под музыку: шагать, бегать, прыгать, притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук, выполнять движения с предметами (платком, погремушкой, флажком, мячиком и т.д.).</p>	<p>развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;</p> <p>замечать изменения в звучании (тихо-громко, быстро-медленно);</p> <p>выполнять легко и выразительно танцевальные движения, ориентироваться в пространстве, кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (платочками, листьями, флажками и т.д.);</p> <p>двигаться в соответствии двухчастной форме музыки и силе её звучания, реагировать на начало и окончание музыки;</p> <p>выразительно и эмоционально передавать игровые и сказочные образы героев (медведя, кошки, мышки, зайца и т.д.);</p> <p>выполнять несложный ритмический рисунок на детских музыкальных инструментах.</p>

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел	Тема урока	Количе- ство часов
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	Чередование ходьбы с приседанием. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, держа ровно спину. Знать исходное положение, построение в шеренгу.	1
2.		Ходьба на носках. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы на носках и на пятках, держа ровно спину. Рассчитываться на 1, 2, 3. Знать положение рук при выполнении этих упражнений.	1
3.		Ходьба широким и мелким шагом. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы широким и мелким шагом, держа ровно спину. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами на углах.	1
4.	Ритмико-гимнастические упражнения	Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.	1
5.		Упражнения с султанчиками. Правильное исходное положение. Ходьба и бег с использованием султанчиков: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Переменные притопы.	1
6.		Плясовые движения. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками).	1
7.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Игра на металлофоне. Знакомство с инструментом. Правильная посадка, положение руки и владение молоточком. Молоточек следует держать свободно тремя пальцами - большим сверху, указательным и средним снизу.	1
8.		Игра на металлофоне. Формирование умений различать долгий и короткий звуки и играть их на инструменте.	1
9.		Обобщающий урок. Повторение пройденного.	1
10.	Упражнения на ориентировку в пространстве	Построение в колонны и шеренги. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.	1
11.		Построение в колонны и шеренги. Перестроение из колонны по два в колонну по одному. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.	1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Идентификатор: a0730428-eab2-4c72-a652-3cf88dd43122

ОТПРАВЛЕНО

МКОУ "СОШ №2 П. ТЕПЛОЕ ИМ. КАВАЛЕРА ОРДЕНА КРАСНОЙ ЗВЕЗДЫ К.Н. ЕМЕЛЬЯНОВА", ЛОБАНОВА ЛИЛИЯ ВИКТОРОВНА,
ДИРЕКТОР

Сертификат 017DABC4007DB05FB348FCD476964964B9

12.	Танцевальные упражнения	Танец в парах. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Танцы и пляски. Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1
13.		Танцевальные движения по кругу с предметами. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками, движение с платочком. Притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.	1
14.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Исполнение различных ритмов на барабане. Отработка умения работать с барабанными палочками.	1
15.		Отхлопывание различных ритмов. Одновременное отхлопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков.	1
16.		Обобщающий урок. Повторение пройденного.	1
17.	Упражнения на ориентировку в пространстве	Построение в колонны и шеренги. Построения в шеренгу, колонну, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	1
18.		Шаг на носках. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы на носках и на пятках, держа ровно спину. Выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы.	1
19.		Широкий и высокий бег. Изменение направления и формы бега в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным).	1
20.		Приставные шаги с приседанием. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку.	1
21.		Присядка и полуприсядка на месте. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	1
22.		Поскоки парами. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.	1
23.	Танцевальные упражнения	Танцевальные движения. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук.	1
24.		Танцевальные движения. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.	1
25.		Обобщающий урок. Повторение пройденного.	1
26.	Игры под музыку	Подвижные игры с пением. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Выполнение имитационных упражнений и игр. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.	1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: a0730428-eab2-4c72-a652-3cf88dd43122

ОТПРАВЛЕНО

МКОУ "СОШ №2 П. ТЕПЛОЕ ИМ. КАВАЛЕРА ОРДЕНА КРАСНОЙ ЗВЕЗДЫ К.Н. ЕМЕЛЬЯНОВА", ЛОБАНОВА ЛИЛИЯ ВИКТОРОВНА,
ДИРЕКТОР

Сертификат 017DABC4007DB05FB348FCD476964964B9

27.		Подвижные игры с пением. Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением или речевым сопровождением.	1
28.	Ритмико-гимнастические упражнения	Движение парами по кругу. Простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1
29.		Шаг польки парами. Высокие подскоки, боковой галоп. Выполнение упражнений по кругу под музыкальное сопровождение.	1
30.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Игра на металлофоне. Воспроизведение долгих и коротких звуков на инструменте.	1
31.		Игра на ложках. Формирование знаний о ложке как музыкальном инструменте, применении в русском народном танце. Знакомство с приемами игры на ложках. Выполнение практических упражнений.	1
32.	Танцевальные упражнения	Танец с игрой на ложках. Формирование двигательных навыков, необходимых для выполнения игры на ложках в русском народном танце. Разучивание танца.	1
33.		Танец с игрой на ложках. Разучивание танца.	1
34.		Обобщающий урок. Повторение пройденного.	1

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"		ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	Идентификатор: a0730428-eab2-4c72-a652-3cf88dd43122
ОТПРАВЛЕНО	МКОУ "СОШ №2 П. ТЕПЛОЕ ИМ. КАВАЛЕРА ОРДЕНА КРАСНОЙ ЗВЕЗДЫ К.Н. ЕМЕЛЬЯНОВА", ЛОБАНОВА ЛИЛИЯ ВИКТОРОВНА, ДИРЕКТОР	Сертификат 017DABC4007DB05FB348FCD476964964B9	