

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Астраханской области для обучающихся, воспитанников с
ограниченными возможностями здоровья «Общеобразовательная школа-
интернат № 5»

РАССМОТРЕНО

методическим объединением
учителей предметников

О.В.Отчик

Протокол №1
от «26» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

А.А.Вострикова

Протокол №1
от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
ГКОУ АО «ОШИ 5»



А.Н. Рыбин

Приказ №
от «29» августа 2024 г.

Рабочая программа
коррекционного курса «Ритмика»
6 «г», 12 «в», 12 «г» классов
на 2024 – 2025 учебный год

Составитель:
Т.А. Киселева
учитель

Астрахань, 2024

Пояснительная записка.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026.

ФАООП УО (вариант 2) адресована обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Цель программы обучения: развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки. Необходимость осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Основные направления работы по ритмике:

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

Задачи программы обучения:

Образовательные:

- формирование временных, пространственных представлений;
- обучение навыкам танцевального мастерства;
- формирование умений соотносить движения с музыкой;
- овладение свободой движения;
- формирование системы знаний, умений, навыков по основам ритмики.

Развивающие:

- исправление недостатков физического развития; развитие познавательной деятельности и общего развития учащихся;
- развитие физических данных, координации движений, пластичности;
- танцевальной памяти, выносливости;
- развитие внимательности, творческого воображения и фантазии через комбинации;
- развитие артистических способностей.
- развитие функциональной грамотности.

Воспитательные:

- воспитание музыкальных способностей;
- активизация творческих способностей;
- воспитание любви и интереса к предмету ритмики;
- психологическое раскрепощение учащихся;
- приобщение к танцевальному искусству;
- приобщение ребёнка к здоровому образу жизни и гармонии тела.
- воспитание положительных качеств личности: настойчивость, самостоятельность, любознательность, дисциплинированность, дружелюбие, коллективизм

Общая характеристика учебного предмета.

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.

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.

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 (интеллектуальными нарушениями).

Основные типы учебных занятий:

урок изучения нового учебного материала;

урок закрепления и применения знаний;

урок обобщающего повторения и систематизации знаний;

урок контроля знаний и умений.

нетрадиционные формы уроков: интегрированный, урок-игра, практическое занятие, урок-презентация.

Основным типом урока является комбинированный.

Виды и формы организации учебного процесса

коллективная;

групповая;

индивидуальная работа;

работа в парах.

Планируемые результаты освоения коррекционно-развивающего курса.

Личностные результаты:

Ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

Развитие двигательной активности;

Формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;

Развитие танцевальных навыков;

Метапредметные:

Знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.

Иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

Познавательные:

Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;

Навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;

Регулятивные

использование речи для регуляции своего действия;

адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;

умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

Коммуникативные:

В процессе обучения дети учатся:

работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

обращаться за помощью;

предлагать помощь и сотрудничество;

слушать собеседника;

договариваться и приходить к общему решению;

формулировать собственное мнение и позицию;

осуществлять взаимный контроль;

адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Содержание учебного предмета.

Программа по ритмике состоит из 5 разделов:

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). 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). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение рук и головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. 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 стряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно

выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). 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, комичными т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.

Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг.

Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Данная программа рассчитана: 5-12 классы – 1 час в неделю, 34 часа. На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы. В начале и конце каждого урока должны выполняться упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение. В зависимости от целей и задач конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению.)

Описание материально-технического обеспечения.

Технические средства обучения:

Персональный компьютер.

Мультимедийный проектор и экран.

Комплект звуковоспроизводящей аппаратуры: микрофоны, усилитель звука, микшер, динамики.

Музыкальная портативная колонка.

Экранно-звуковые пособия:

Аудиозаписи.

Учебно – практическое оборудование:

Гимнастические палки, ленты, обручи, балансиры, шары.

Комплект детских музыкальных инструментов.

Народные инструменты.

Календарно-тематическое планирование 6 Г класс

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1		Введение. Что такое ритмика. Правила.	1
2		Знакомство с ритмическим исполнением	1
3		Первый ритмический рисунок (хлопки, выстукивания, притоп).	1
4		Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1
5		Музыкально-подвижные игры (игры с пением и речевым сопровождением; сюжетно-игровые занятия).	1
6		Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. С использованием ИКТ.	1
7		Разучивание движений танцевальной композиции. Упражнения для рук.	1
8		Разучивание движений танцевальной композиции.	1
9		Упражнения на развитие координации.	1
10		Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1
11		Музыкально-подвижные игры (игры с пением и речевым сопровождением; сюжетно-игровые занятия).	1
12		Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1
13		Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
14		Музыкально-ритмические игры.	1
15		Упражнения для профилактики плоскостопия.	1

16		Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1
17		Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1
18		Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	1
19		Упражнения на расслабление мышц.	1
20		Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1
21		Музыкальные, танцевальные темы.	1
22		Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	1
23		Сюжетно-музыкальная игра.	1
24		Комплекс упражнений на развитие внимания.	1
25		Комплекс упражнений на растяжку.	1
26		Упражнения на формирование правильной осанки.	1
27		Пальчиковая гимнастика; игровой самомассаж.	1
28		Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1
29		Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1
30		Упражнения с элементами йоги.	1
31		Ритмические упражнения.	1
32		Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
33		Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1
34		Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1

Календарно-тематическое планирование 12 «Г» класс

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1		Введение. Изучение правил поведения во время занятий танцевально-ритмической гимнастикой.	
2		Ритмические движения, перестроения.	
3		Упражнения на ориентировку в пространстве.	
4		Разучивание построений, перестроений.	
5		Упражнения на развитие координации и баланса.	
6		Упражнения на развитие координации и баланса.	
7		Музыкально-ритмические игры.	
8		Синхронизация и координация движений и музыки.	
9		Синхронизация и координация движений и музыки.	
10		Музыкально-ритмические игры.	
11		Музыкально-ритмические игры	
12		ОРУ. Развитие плавности движений.	
13		Синхронизация и координация движений и музыки.	
14		Музыкально-ритмические игры.	
15		Упражнения для профилактики плоскостопия.	
16		Гимнастика .Упражнения на дыхание.	
17		Упражнения для суставов.	
18		Упражнения на расслабление.	

19		Разучивание движений танцевальной композиции.	
20		Разучивание движений танцевальной композиции.	
21		Отработка движений танцевальной композиции.	
22		Отработка движений танцевальной композиции.	
23		Упражнения на связь движений с музыкой и координацию.	
24		Упражнения на связь движений с музыкой и координацию.	
25		Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	
26		Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	
27		Музыкально-ритмические игры “Ручки - ножки”, “Фиксики”.	
28		Ориентация в пространстве, в зале . Диагональ, середина	
29		Упражнения с элементами йоги	
30		Ритмико-гимнастические упражнения на координацию.	
31		Игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамики.	
32		Игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамики.	
33		Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп	
34		Музыкально-ритмические игры “Самолет”, “Двигайся -, замри”.	
35		Упражнения с элементами йоги.	

36		Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	
37		Упражнения с элементами йоги.	
38		Ритмические упражнения в различных комбинациях.	
39		Музыкально-ритмические игры "4 шага", "Чу-чу-ва".	
40		Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	
41		Прослушивание музыкальных произведений. Караоке с танцами.	
42		Музыкально-ритмические игры "4 шага", "Чу-чу-ва".	
43		Ритмико-гимнастические упражнения.	
44		Музыкально-ритмические и речевые игры	
45		Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом, обручем.	
46		Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом, обручем.	
47		Подготовительные упражнения к танцам: элементы русской пляски.	
48		Подготовительные упражнения к танцам: элементы русской пляски.	
49		Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм». Ритмопластика.	
50		Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм». Ритмопластика.	
51		Игры с пением и речевым сопровождением.	
52		Игры с пением и речевым сопровождением.	
53		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
54		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
55		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
56		Общеразвивающие упражнения. Ритмический рисунок.	
57		Общеразвивающие упражнения. Ритмический рисунок.	

58		Упражнения с элементами йоги.	
59		Упражнения с элементами йоги.	
60		Импровизация движений на музыкальные темы.	
61		Импровизация движений на музыкальные темы.	
62		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
63		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
64		Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	
65		Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	
66		Общеразвивающие упражнения. Ритмический рисунок.	
67		Музыкально-ритмические и речевые игры.	
68		Музыкально-ритмические и речевые игры.	

Календарно-тематическое планирование 12 «В» класс

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1		Введение. Изучение правил поведения во время занятий танцевально-ритмической гимнастикой.	
2		Разучивание разминки в современном стиле.	
3		Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	
4		Знакомство с инвентарем. ИКТ.	
5		Музыкально-ритмические игры.	
6		Танцы народов РФ. Особенности и костюмы.	
7		Танцевальная зарядка.	
8		Музыкально-ритмические игры.	
9		Ритмические упражнения с предметами.	
10		Танцевальные упражнения в в игре.	
11		Музыкально-речевые игры.	
12		ОРУ для развития плавности и координации.	
13		Синхронизация и координация движений.	
14		Музыкально-ритмические игры.	
15		Упражнения для профилактики плоскостопия.	
16		Гимнастика. Упражнения на дыхание.	
17		Гимнастика упражнения на дыхание.	
18		Танцевальные упражнения для суставов .	

19		Ритмико-гимнастические упражнения на координацию без предметов и с предметами.	
20		Ритмико-гимнастические упражнения на координацию без предметов и с предметами.	
21		Отработка движений танцевальной композиции.	
22		Отработка движений танцевальной композиции.	
23		Отработка движений танцевальной композиции. Упражнения на связь движений с музыкой и координацию.	
24		Упражнения на связь движений с музыкой и координацию. Изменение положения головы, туловища, рук с различными интервалами.	
25		Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	
26		Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	
27		Музыкально-ритмические игры “Ручки - ножки”, “Фиксики”.	
28		Ориентация в пространстве, в зале . Диагональ, середина	
29		Упражнения с элементами йоги	
30		Ритмико-гимнастические упражнения на координацию.	
31		Игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамики.	
32		Игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамики.	
33		Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп	
34		Музыкально-ритмические игры “Самолет”, “Двигайся -, замри”.	

35		Упражнения с элементами йоги.	
36		Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	
37		Упражнения с элементами йоги.	
38		Ритмические упражнения в различных комбинациях.	
39		Музыкально-ритмические игры “4 шага”, “Чу-чу-ва”.	
40		Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	
41		Прослушивание музыкальных произведений. Караоке с танцами.	
42		Музыкально-ритмические игры “4 шага”, “Чу-чу-ва”.	
43		Ритмико-гимнастические упражнения.	
44		Музыкально-ритмические и речевые игры	
45		Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом, обручем.	
46		Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом, обручем.	
47		Подготовительные упражнения к танцам: элементы русской пляски.	
48		Подготовительные упражнения к танцам: элементы русской пляски.	
49		Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм». Ритмопластика.	
50		Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм». Ритмопластика.	
51		Игры с пением и речевым сопровождением.	
52		Игры с пением и речевым сопровождением.	
53		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
54		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
55		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
56		Общеразвивающие упражнения. Ритмический рисунок.	

57		Общеразвивающие упражнения. Ритмический рисунок.	
58		Упражнения с элементами йоги.	
59		Упражнения с элементами йоги.	
60		Импровизация движений на музыкальные темы.	
61		Импровизация движений на музыкальные темы.	
62		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
63		Разучивание танцевальных комбинаций. Танцевальные упражнения.	
64		Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	
65		Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	
66		Общеразвивающие упражнения. Ритмический рисунок.	
67		Музыкально-ритмические и речевые игры.	
68		Музыкально-ритмические и речевые игры.	