

РАССМОТРЕНО

на заседании МО
учителей начальных
классов
Протокол № 1
от «30» августа 2021г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
ГБОУ школы-интерната №3
г.о. Тольятти
_____ Т.Н. Иванченко
«30» августа 2021г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ школы-
интерната №3 г.о. Тольятти
_____ О.П. Степанова
«31» августа 2021г.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика»

ГБОУ школа-интернат №3 г.о. Тольятти

Учебный год: 2021-2022

Класс: 2б

Количество часов в неделю: 1; **в год:** 34

Программа составлена на основе: Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ГБОУ школы – интерната № 3 г.о. Тольятти

Рабочую программу составила: учитель Поротькина Е.В.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе: Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГБОУ школы-интерната №3 г. о. Тольятти (вариант 1)

Цель: исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
- развитие общей и речевой моторики,
- эмоционально-волевое развитие учащихся,
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

По учебному плану на изучение коррекционного курса отведено 68 часов в год, 2 часа в неделю.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя.

Достаточный уровень:

- 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.

Личностные результаты:

- 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.

Содержание программы

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.

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 пояс. 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).

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.

Игры под музыку

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.

Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

- 1.1. Правильное исходное положение.
- 1.2. Ходьба и бег по ориентирам.
- 1.3. Построение и перестроение.
- 1.4. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.

Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.

- 2.1. Общеразвивающие упражнения.
- 2.2. Упражнения на координацию движений.
- 2.3. Упражнения на расслабление мышц.

Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

- 3.1. Упражнения для кистей рук.
- 3.2. Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах.
- 3.3. Игра на музыкальных (детских) инструментах.

Раздел 4. Музыкальные игры.

- 4.1. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки.
- 4.2. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкр. образов).
- 4.3. Музыкальные игры с предметами.
- 4.4. Игры с пением или речевым сопровождением.

Раздел 5. Танцевальные упражнения.

- 5.1. Знакомство с танцевальными движениями.
- 5.2. Разучивание детских танцев.

№ п/ п	Тема.	Кол-во часов	Дата	Формируемые базовые учебные действия	Основные виды деятельности учащихся
Раздел1. Упражнения на ориентировку в пространстве (10 часов)					
1- 2	Исходное положение	2	2.09 3.09	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; организованно строиться (быстро, точно);	Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции.
3- 4	Построение в колонны по двое.	2	9.09 10.09	Организованно строиться (быстро, точно); сохранять правильную дистанцию в колонне парами; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на характер музыки.
5- 6	Перестроения из одного круга в два.	2	16.09 17.09	Сохранять правильную дистанцию в колонне парами; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.	Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на характер музыки, даже во время веселой, задорной пляски.
7- 8	Ориентировк а в пространстве вперед-назад.	2	23.09 24.09	Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.	Ориентироваться в направлении движений вперед, назад,
9 - 10	Движение в определенном направлении.	2	30.09 1.10	Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе.	Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.

2. Ритмико-гимнастические упражнения (8 часов)					
11 - 12	Общеразвивающие упражнения.	2	7.10 8.10	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.	Согласовывать движения собственного тела: рук с движениями ног, туловища, головы.
13 - 14	Упражнения на координацию движений.	2	14.10 15.10	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе.	Правильно находить нужный темп ходьбы, бега, в соответствии с характером музыкального отрывка.
15 - 16	Упражнения на расслабление мышц плеча, кистей, пальцев рук.	2	21.10 22.10	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.	Координация, плавность, выразительность движений.
17 - 18	Упражнения на выработку осанки.	2	28.10 11.11	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.	Координация, сохранение осанки.
Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами (10 часов)					
19 - 20	Упражнение для кистей рук.	2	12.11 18.11	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять игровые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Выполняет поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.
21 - 22	Упражнение с барабанными палочками.	2	19.11 25.11	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;	Выполнять действия с предметами. Играть на музыкальных инструментах.

				легко, естественно и непринужденно выполнять игровые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	
23 - 24	Упражнения с колокольчиками	2	26.11 2.12	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять игровые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Развивать чувство такта. Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.
25 - 28	Упражнения с шумовыми инструментами	4	3.12 9.12 10.12 16.12	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять игровые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями, произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Развивать чувство ритма. Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.
Раздел 4. Музыкальные игры (14 часов)					
29 - 32	Логоритмические игры.	4	17.12 23.12 24.12 13.01	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Исполнять игры с пением и речевым сопровождением.
33 - 34	Передача в движении чередования музыкальных фраз.	2	14.01 20.01	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;	Слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.
35 - 36	Передача игровых характеров.	2	21.01 27.01	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.	Выполнять имитационные движения в соответствии с характером музыки.
37	Имитация	4	28.01	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку,	Выразительно и эмоционально

- 40	музыкальных образов.		3.02 4.02 10.02	выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.	передавать в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).
41 - 42	Игры с ускорением.	2	11.02. 17.02	Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.
43 - 44	Шаг на носках по кругу	2	18.02 24.02	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Выполнять элементы танцевальных движений.
45 - 46	Повторение элементов русской пляски, движения парами по кругу	2	25.02 3.03	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Различать основные характерные движения русских народных танцев, совместно выполнять элементы танцевальных движений.
47 - 48	Дружные двойки. Шаг польки.	2	4.03 10.03	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Танцевальные движения польки. Различать основные характерные движения некоторых народных танцев.
49 - 50	Широкий бег по кругу.	2	11.03 17.03	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега, в соответствии с характером и построением музыкального отрывка.

51 - 52	Боковой галоп.	2	18.03 24.03	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Выполнять движения в соответствии с изменениями темпа музыки (быстро-медленно).
53 - 54	Элементы русской пляски: приставные шаги с полуприседанием.	2	25.03 7.04	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Выполнять движения свободно, поднимая голову и не сутулясь. Отмечать в движении ритмический акцент.
55 - 56	Элементы русской пляски: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	2	8.04 14.04	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Выполнять основные характерные движения русских народных танцев.
57 - 58	Движения парами: боковой галоп, поскоки.	2	15.04 21.04	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Движение по кругу друг за другом и парами галопом и поскоками.
59 - 60	Элементы украинской народной	2	22.04 28.04	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию;	Различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

	пляски			самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	
61 - 62	Элементы чешской пляски. Пружинка.	2	29.04 5.05	Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию; самостоятельно определять нужное направление движения по соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	Развивать основные танцевальные движения (притопы, шаг, галоп, пружинка, шаг кадрили).
63 - 64	Танец с хлопками.	2	6.05 12.05	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять плясовые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.
65 - 66	Элементы русской пляски: выставление ноги на пятку.	2	13.05 19.05	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять плясовые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Развивать основные танцевальные движения.
67 - 68	Элементы русской пляски: присядка и полуприсядка на месте и с продвижение м.	2	20.05 26.05	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять плясовые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	Развивать основные танцевальные движения (присядка и полуприсядка).
	Повторение		27.05		