

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Куртамышская средняя общеобразовательная школа №2»	
<p>«Рассмотрено» На заседании школьного методического объединения (ШМО) Муниципального казенного общеобразовательного учреждения Куртамышского района «Куртамышская СОШ №2»,</p> <p>Протокол № 1 от 31.08.2023 г. Руководитель ШМО <u>Кирилова Л.М.</u>/</p>	<p>«Утверждено» На заседании Педагогического совета Муниципального казенного общеобразовательного учреждения Куртамышского района «Куртамышская СОШ №2»,</p> <p>Протокол № 1 от 31.08.2023 г.</p>
<p>«Введено в действие», приказ от 31.08.2022 г. № 1 Директор <u>Малетина Л.Л.</u></p>	<p>«Введено в действие», приказ от <u>30.08.2023г</u> Директор _____ Л.Л. Малетина</p>
<p>«Введено в действие», приказ от <u>30.08.2023г</u> Директор _____ Л.Л. Малетина</p>	<p>«Введено в действие», приказ от <u>30.08.2023г</u> Директор _____ Л.Л. Малетина</p>

### Рабочая программа

учебного предмета «Ритмика» организационного раздела ООП

учебного плана по ФОП ( 2 класса, базовый уровень)

Составитель: Булатова О.М, учитель физической культуры высшей  
квалификационной категории

г. Куртамыш – 2023 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» составлена на основе: Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

- «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс, 1-4 классы», / (А.А. Айдарбекова, В.М. Белов, В.В. Воронкова и др.)-8 – е изд. М.: Просвещение, 2013.
- Приказа Министерства образования РФ от 10.04.2002 года, №29/20 65-н. «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся воспитанников с отклонениями в развитии».
- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Учебного плана образовательного учреждения.

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.

## 1. Общая характеристика учебного предмета

**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.

#### ***Формы работы***

Урок, работа в группах, коллективная работа, урок – концерт, индивидуальная работа.

#### ***Методы обучения***

1. Методы организации и осуществления учебно-воспитательной и познавательной деятельности:

- словесные методы: рассказ, беседа, объяснение;
- практический метод: его особенностью является то, что он носит повторительный или обобщающий характер;
- наглядные методы: иллюстрация, демонстрация, наблюдения учащихся;
- звуковая, комбинированная.

2. Методы стимулирования и мотивации учебной деятельности:

- методы стимулирования мотивов интереса к учению: познавательные игры, учебные дискуссии, занимательность, создание ситуации новизны, ситуации успеха;
- методы стимулирования мотивов старательности: убеждения средствами музыки, приучение, поощрение, требование.

3. Методы контроля и самоконтроля учебной деятельности:

- устные или письменные методы контроля;
- фронтальные, групповые или индивидуальные;

- итоговые и текущие.

### ***Используемые технологии***

- «Обучение в сотрудничестве»
- Разноуровневого и дифференцированного подхода
- Здоровьесберегающие
- Игровые
- Личностно-ориентированные
- Информационно-коммуникативные

### **Основными видами деятельности учащихся по предмету являются:**

- систематизация танцевальных движений,
- ритмико-гимнастические упражнения,
- игры под музыку,
- упражнения с детскими музыкальными инструментами,
- музыкально-ритмические движения.

## **2. Описание места коррекционного курса в учебном плане**

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение коррекционного курса (ритмика) выделяется в 1 классе 34 ч (1 час в неделю, 34 учебные недели).

### 3. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

#### *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»*

##### Минимальный уровень:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствуя учителя;
- 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;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения

#### *Планируемые результаты изучения коррекционного курса*

##### *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.

#### **4. Содержание коррекционного курса**

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 осуществляется развитие представлений, обучающихся о пространстве и умении ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у воспитанников подвижности пальцев, умение ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движения рук.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать её характер, развивают способность переживать содержание музыкального образа.

При этом все виды музыкальной деятельности направлены на осознание языка музыкального искусства и протекают как творческий процесс, в ходе которого раскрываются индивидуальные возможности ребенка, проявляется его творческая активность. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию детей, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Программа построена по концентрическому принципу, а также с учётом преемственности планирования на весь курс обучения. Такой принцип позволяет повторять и закреплять полученные знания в течении года, а далее дополнять их новыми сведениями. 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».

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием

носки. 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 поднятие 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 руки 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 отряхивания 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, комичным и 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.

### **Танцы и пляски**

Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то».

Стукалка. Украинская народная мелодия. Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.

Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.

Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.

Основные требования к умениям учащихся

## **МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ДВИЖЕНИЯ**

Учить выполнять различные ритмические движения под музыку: ориентироваться в пространстве зала, знать центр (середицу) зала,

собираться в середине и расходиться по всему залу (по сигналу), развивать координацию, плавность, выразительность движений, умение

выполнять движения в определенном, соответствующем звучанию музыки, ритме, темпе; учить чувствовать сильную долю такта (метр) при звучании музыки в размере две четверти.

Учить выполнять движения в соответствии с изменением характера музыки (быстро — медленно): бодро, свободно, подняв голову и не

сутулясь, не шаркая ногами, маршировать под звучание марша, входить в зал, обходить его по периметру, останавливаться, затем по

музыкальному сигналу опять начинать движение; выполнять движения не только по показу воспитателя, но и по словесной инструкции

взрослого, а также самостоятельно.

Учить детей следующим движениям под музыку: развивать все танцевальные движения, с которыми познакомились на 1—2 годах

обучения (совершенствовать их, выполнять в большем объеме, использовать в упражнениях и танцах); образовывать круг, сходиться в центре, затем отступать на место; ходить по кругу друг за другом ритмично, четко, взмахивая руками; бежать друг за другом легким шагом на носках без высокого подъема ног и высоко поднимая ноги; бежать друг за другом, выбрасывая ноги вперед (руки на поясе); двигаться по кругу приставными шагами, останавливаясь по сигналу; двигаться приставными шагами с приседаниями; ходить парами по кругу (свободную руку держать на поясе или держать в ней предмет, девочки держат край платья), следить за выразительностью движения; соблюдать расстояние между парами при движении парами; поднимать плавно руки вверх, в стороны, убирать их за спину, за голову, поворачивая кисти рук; выполнять разные действия с предметами (передавать их друг другу, поднимать вверх, покачивать ими над головой, бросать и ловить мяч, поднимать вперед).

В процессе музыкальных игр уделять особое внимание выразительности движений, обращать внимание детей на передачу самых

характерных черт персонажей сказок, рассказов и пр. Для развития выразительности движений использовать игры «Кто как ходит», «Какая музыка к нему подходит?», «Кто к нам пришел?». Работать над эмоциональностью и раскованностью детей во время музыкальных игр.

### **МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ДВИЖЕНИЯ**

Игры: «Ворон» (русская народная песня); «Кот и мыши» Т. Ломовой; «Летчики, следите за погодой!» М. Раухвергера; «Как на тоненький ледок...» (русская народная песня); «Кто скорее?» Л. Шварца; «На зарядку!» М. Старокадомского; «Каравай», «Горелки», «Теремок» (русские народные песни).

Упражнения: «Мельница» Т. Ломовой; «Игра с мячами», «Скакалки» А. Петрова; «Упражнения с флажками» Ф. Шуберта; «Поскоки» С.

Затеplinского; «Поезд» Е. Тиличевой. Повторять знакомые упражнения. Пляски: «Калинка» (русская народная песня); «Парная пляска» (карельская песня); «Полька» Ю. Чичкова; «Петрушки», «Снежинки» Ю.

Слонова; «Аннушка» (чешская полька); «Пойду ль я, выйду ль я» (русская народная песня); «Мы в зеленые луга пойдем» Н. Леви; «Приглашение», «Стукалка» (украинские народные мелодии); «Матрешки» Ю. Слонова.

## 5. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Темы коррекционного курса	Кол-во часов	Дата
1	Игра «Кто быстрее». Построение. Общеразвивающие упражнения.	1	
2	Танец «Пальчики и ручки». Ритмико-гимнастические упражнения.	1	
3	Прохлопывание ритмического рисунка. Общеразвивающие упражнения. Танец «Пальчики и ручки»	1	
4	Ориентировка в направлении движений вперед, назад. Танцевальные упражнения.	1	
5	Легкий бег. Игра «Кто быстрее возьмет мяч». Ритмико-гимнастические упражнения.	1	
6	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Кто быстрее».	1	
7	Ритмико-гимнастические упражнения. Танец «Пальчики и ручки».	1	
8	Упражнение на ориентировку в пространстве.	1	
9	Танец «Пальчики и ручки». Упражнение на ориентировку в пространстве.	1	
10	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку. Общеразвивающие упражнения. Игра под музыку.	1	
11	Танец «Прямой галоп». Общеразвивающие упражнения.	1	
12	Упражнение на координацию движения. Танец «Прямой галоп».	1	
13	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку. Построение в круг.	1	
14	Танец. Упражнение на ориентировку в пространстве.	1	
15	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку. Танец «Пальчики и ручки». Игра под музыку.	1	
16	Упражнение с детскими музыкальными инструментами.	1	
17	Ходьба с отбрасыванием ноги вперед.	1	

	Танцевальные упражнения: «Прыжки».		
18	Общеразвивающие упражнения. Игра с пением «Васька кот». Танец «Стукалка».	<b>1</b>	
19	Ходьба с оттягиванием носка. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	<b>1</b>	
20	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги.	<b>1</b>	
21	Легкий бег. Ритмико-гимнастические упражнения под музыку. Танец «Пальчики и ручки».	<b>1</b>	
22	Легкий бег. Повороты тела вправо – влево.	<b>1</b>	
23	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку. Игра под музыку.	<b>1</b>	
24	Танец «Стукалка». Упражнения на ориентировку в пространстве.	<b>1</b>	
25	Выполнение движений с предметами во время ходьбы. Игра под музыку.	<b>1</b>	
26	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку. Музыкальные игры с предметами.	<b>1</b>	
27	Притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Танец «Пляска с притопами».	<b>1</b>	
28	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку.	<b>1</b>	
29	Упражнения с музыкальными инструментами.	<b>1</b>	
30	Танец «Пляска с притопами». Упражнения на координацию движения.	<b>1</b>	
31	Упражнения на расслабление мышц. Упражнения с музыкальными инструментами.	<b>1</b>	
32	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку	<b>1</b>	
33	Упражнения на расслабление мышц. Упражнения с музыкальными инструментами.	<b>1</b>	
34	Танец «Пляска с притопами». Игра «Пальчики и ручки». Повторение.	<b>1</b>	
		<b>34</b>	<b>часа</b>

## **6. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

### ***Основная литература***

- «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1 – 4 классы», под редакцией В.В. Воронковой – М.: Просвещение, 2013.
- Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007.
- Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Зяткина, Л. В. Стрепетова М.: «Глобус», 2009.
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000.



## Содержание

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебного предмета
3. Описание места коррекционного курса в учебном плане
4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса
5. Содержание коррекционного курса
6. Календарно-тематическое планирование
7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса