

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Республики Марий Эл
«Русскошойская школа - интернат»

Утверждаю:
Директор И.А. Деревянных/
«30» 08 2023г.

Рабочая программа
обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
(Вариант 1) по учебному предмету «Ритмика» для 3 класса
на 2023 - 2024 учебный год

Составила: Ясова А.Р., учитель начальных классов

Рассмотрено на МО учителей
протокол № 1
от «30» августа 2023г.
Руководитель МО
Ясова /А.Р. Ясова/

Согласовано:
Заместитель директора по УВР
И.В. Сидоркина /
«30» августа 2023г.

I. Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

АООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых общеобразовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и являются обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом программа по учебному предмету «Ритмика» **в 3 классе** рассчитана на 31 час в год (1 час в неделю).

АООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи коррекционных занятий.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

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 направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения

II. Содержание обучения.

Ориентировка в пространстве

Правильное исходное положение.

Ходьба и бег: с высоким поднятием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Совершенствование ходьбы и бега. Сохранение правильных дистанций во всех видах построений.

Построение в шеренгу, перестроение в колонны, «Звездочки», «Карусели»

Ориентировка в направлении движения вперед, назад, направо, налево.

Использование предметов во время движения: флажки, ленты, обручи, мячи.

Ритмико – гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения:

Наклоны, повороты, круговые движения рукам, туловищем. Всевозможные сочетания движения рук и ног. Содружественность движений.

Упражнения на координацию движений:

Изучение позиций рук и ног. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением

темпа музыкального сопровождения.

Выполнение упражнений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на выработку осанки.

Прохлопывание и протопывание различных ритмических рисунков.

Упражнения на расслабление мышц:

Перенос тяжести тела с одной ноги на другую.

Расслабление различных частей тела.

Дыхательная гимнастика.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Подготовительные упражнения на развитие мелкой моторики.

Отбивание ритма на бубне: по образцу, в такт музыке.

Игра на простейших музыкальных инструментах: металлофон, маракасы, бубен.

Игры под музыку

Научиться создавать музыкально-двигательный образ, под соответствующую мелодию.

Формировать умение слушать мелодию и определять ее, давать характеристику .

Развитие слухового внимания: игры со звуковым сигналом для того или иного действия.

Совмещать движение и текст музыкальных игр.

Разучивание игр различных видов: с предметами, подвижные, на внимание, народные.

Танцевальные упражнения

Четкое и выразительное исполнение элементов танцев.

Танцы и пляски с повторяющимися движениями.

Разучивание различных по характеру танцев: вальс, народный, хоровод, полька

III. Планируемые результаты

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;
- осознавать роль танца в жизни;
- понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире
- развитие танцевальных навыков,
- развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
- расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,
- освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,
- способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

Предметные результаты.

Достаточный уровень:

- 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;
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Минимальный уровень:

- находить свое место в строю и входить в зал под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться);
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки с помощью педагога;
- 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 круги 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;
- заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Система оценки достижений

Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество • выполнения
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию
- как относится к урокам

- каков его внешний вид
- соблюдает ли дисциплину

Отметки за коррекционный курс не выставляются. Отслеживается продвижение обучающихся относительно самих себя, без сравнения результатов со сверстниками.

Критерии оценивания

I уровень (высокий)

Самостоятельно выполняют упражнения, умело пользуются приёмами, выполняют правильную последовательность при выполнении упражнений. Умеют пользоваться навыками на практике.

II уровень (средний)

Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений и при помощи учителя (по наводящим вопросам) восстанавливают последовательность выполнения упражнений. Имеют место случаи неправильного выполнения приёмов на практике.

III уровень (ниже среднего)

Выполняют нормативы в соответствии ниже среднему уровню. Не умеют пользоваться навыками на практике, выполняют упражнения по подражанию. Выполняют упражнения с помощью учителя. Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений.

IV. Календарно - тематическое планирование.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	Планируемые результаты		
				предметные	личностные	Основные виды деятельности обучающихся
	I четверть	8				
1	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией	1		Правильное выполнение движений. Уметь выполнять упражнения ритмической гимнастики, умение отмечать в движении музыкальные фразы, акценты	Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы.	Правильное выполнение движений
2	Построение в колонны по три.	1		Знать правильное выполнение движений. Уметь выполнять упражнения ритмической гимнастики, умение отмечать в движении музыкальные фразы, акценты	Умение общаться при коллективном выполнении задания с учетом общности интересов и возможностей членов коллектива.	внимательно слушают команду учителя
3	Перестроение из одного круга в два, три	1		Правильное выполнение движений. Уметь повторять движения за учителем	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками.	перестраиваются из одного круга в два, три
4	Перестроение из общего круга в кружочки по 2-3-4	1		Правильное выполнение движений. Уметь выполнять упражнения на осанку, на постановку корпуса.	Развитие двигательной активности	Выполняют упражнения на осанку, на постановку корпуса.
5	Сгибание и разгибание кистей рук и упражнения	1		Правильное выполнение движений. Уметь повторять движения за учителем.	Развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности.	Выполняют разученные упражнения.
6	Движения с чередованием музыкальных фраз.	1		Научить отмечать в движении музыкальные фразы, акценты. Уметь выполнять упражнений ритмической гимнастики, умение отмечать в движении музыкальные фразы, акценты	Развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности.	Научить отмечать в движении музыкальные фразы, акценты
7	Динамические движения: нарастания в музыке, сильная доля такта.	1		Знать правильное выполнение движений. Уметь выполнять музыкально-ритмические упражнения.	Способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.	Развивать внимание учащихся на смену темпа выполняемых движений
9	Исполнение различных движений	1		Правильное выполнение несложных танцевальных композиций. Разучивание игровых двигательных упражнений	Развитие творческого подхода к выполнению заданий.	Выполнять разученные упражнения
	II четверть	7				
10	Упражнения в передаче игровых образов при	1		Правильное выполнение движений. Уметь определять основные танцеваль-	Способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые	Развивать внимание учащихся на смену темпа

	инсценировке песен.			ные точки, шаги	результаты.	выполняемых движений.
11	Движения для передачи развернутого сюжета музыкального рассказа.	1		Знать музыкально-ритмические упражнения и игры. Уметь выполнять музыкально-ритмические упражнения и игры.	Освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях.	Сосредоточить внимание на ощущении музыкальной формы.
12	Смена ролей в импровизации.	1		Правильное выполнение движений. Уметь определять основные танцевальные точки, шаги.	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками	Выполнять упражнения. Развивать быстроту движения, самостоятельность
13	Придумывание вариантов к играм и пляскам.	1		Правильное выполнение несложных танцевальных композиций. Уметь выполнять музыкально-ритмические упражнения и игры.	Развитие творческого подхода к выполнению заданий.	Выполнять разученные упражнения
14	Действия с воображаемыми предметами.	1		Правильное выполнение несложных танцевальных композиций. Уметь выполнять игровые двигательные упражнения с предметами	Развитие двигательной активности	Разучивание игровых двигательных упражнений с предметами
15	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	1		Степень самостоятельности при передаче в движении. Уметь выполнять упражнения на осанку, на постановку корпуса.	Умение общаться при коллективном выполнении задания с учетом общности интересов и возможностей членов коллектива.	Формирование навыков коллективного взаимодействия, чувство соревнований
16	Шаг на носках, шаг польки.	1		Правильное выполнение движений. Уметь выполнять шаг на носках, шаг польки.	Развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности.	Легко и мягко выполнять притопы, чтобы избежать группового варианта
	III четверть	9				
17	Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием	1		Правильное выполнение танцевальных композиций. Уметь выполнять упражнения на осанку. Усвоение движений рук, ног.	Понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире	Легко и мягко выполнять притопы.
18	Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1		Правильное выполнение несложных танцевальных композиций. Уметь выполнять упражнения на осанку. Усвоение движений рук, ног.	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками	Усвоение движений рук, ног. Выполнение упражнений на осанку, на постановку корпуса
19	Упражнения на расслабление мышц	1		Знать упражнения на расслабление мышц. Уметь выполнять упражнения ритмической гимнастики, умение отмечать в движении музыкальные фразы, акценты	Развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности.	Включить упражнения в утреннюю зарядку

20	Основные танцевальные упражнения	1		Знать основные танцевальные упражнения. Уметь выполнять танцевальные упражнения	Понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире.	Выполнять танцевальные упражнения. Формировать умения определять основные танцевальные точки, шаги, диагональ, середина.
21	Упражнение на осанку, равновесие.	1		Выполнение упражнений на осанку и равновесие. Уметь выполнять упражнения на осанку, на постановку корпуса.	Способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.	Формировать умения в постановка корпуса, положение тела в танце.
22	Шаг с притопом на месте и с продвижением вперед.	1		Правильное выполнение движений. Формировать умения в постановка корпуса, положение тела в танце.	Освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях.	Разучивание игровых двигательных упражнений
23	Ритмические упражнения	1		Знать основные танцевальные упражнения. Уметь выполнять ритмические упражнения в различных комбинациях	Развитие двигательной активности	Степень самостоятельности при передаче в движении ритмического рисунка
24	Основные фигуры в танце	1		Внимание учащихся на смену темпа выполняемых движений. Уметь выполнять фигуры в танце: квадрат, круг, линия, звездочка, змейка, воротца. Музыкально ритмические упражнения.	Понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире	Выполнять упражнения разученные на уроке
25	Основные движения русского танца	1		Правильное выполнение движений. Уметь выполнять хороводный шаг, переменный ход – вращения на месте и в движении, дроби простые, ключ.	Развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности.	Легко и мягко выполнять притопы, чтобы избежать группового варианта
	IV четверть	7				
26	Прохлопывание, отстукивание, протопывание простых ритмических рисунков.	1		Правильное выполнение движений. Уметь выполнять упражнения, разученные на уроке	Развитие творческого подхода к выполнению заданий.	Формировать освоение простых ритмических рисунков.
27	Движение кистей рук в разных направлениях.	1		Правильное выполнение движений. Уметь выполнять упражнения кистями рук в разных направлениях.	Понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире	Сосредоточить внимание на движение кистей рук в разных направлениях.
28	Движения в парах.	1		Правильное выполнение движений. Уметь танцевать композиции различной координации сложности.	Умение общаться при коллективном выполнении задания с учетом общности интересов и возможностей членов коллектива.	Сосредоточить внимание на ощущении музыкальной формы.

29	Постановка танцевальной композиции	1		Правильное выполнение несложных танцевальных композиций. Уметь составлять танцевальные упражнения.	Развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности.	Развивать быстроту движений
30	Упражнения на выработку осанки.	1		Правильное выполнение упражнений на выработку осанки. Формировать умения выполнять упр-я на выработку осанки.	Способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.	Выполнять разученные упражнения. Развивать быстроту движений.
31	Подвижные игры с пением	1		Соблюдение правил игры. Уметь петь во время игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Воспитывать любовь к пению.
32	Подвижные игры с речевым сопровождением	1		Соблюдение ритма произнесения текста. Формировать умения инсценировать песни, стихи. Игра «Ловушка»	Развитие понимания и сопереживания чувствам других людей	Развивать внимание учащихся на смену темпа выполняемых движений