

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

Утверждаю:

Директор Дер. И. А. Деревянных/

«30» августа 2023г.

Рабочая программа

обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

по учебному предмету «Ритмика» для 4 класса

(вариант 1)

Составила: Э.И. Сабанцева

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.

2023-2024 учебный год

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе нормативных документов и материалов:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в РФ» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- Учебный план образовательного учреждения.

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Цель предмета: 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.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

Преподавание ритмики в коррекционной школе VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ведущей ролью коррекционно-развивающего обучения данному предмету является не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное развитие личности умственно отсталого ребенка, дающее возможность реализации его способностей, подготовка ребенка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Во время занятий по ритмике дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. Содержание обучения направлено на развитие и корригирование координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

Программа содержит 5 разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.
4. Игры под музыку.
5. Танцевальные упражнения.

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.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ.

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.).

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.

В соответствии со спецификой региона дополнены следующие разделы: танцевальные упражнения: народные танцевальные традиции Урала.

Особенности реализации программы. Особенности методики преподавания предмета.

Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий ритмикой для детей с умственной отсталостью обуславливаются структурой нарушений детей данной категории, где присутствуют отклонения в психических функциях, эмоционально-волевой сфере, моторике. В связи с этим в занятия по ритмике включаются такие направления, как:

- коррекция психических функций, где средствами ритмики осуществляется коррекция внимания (его переключаемости, устойчивости, распределения), памяти (слуховой, зрительной), воображения (воссоздающего, творческого), восприятия (слухового, пространственного, зрительного);
- коррекция эмоционально-волевой сферы, где дети овладевают «языком выразительных движений», умением передавать различные эмоциональные состояния (радости, нежности, печали, удивления и т.д.), учатся снимать психоэмоциональное напряжение, приобретают навыки невербальной коммуникации, адекватного группового поведения;

- коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движений, ориентировки в пространстве, преодолению глобальных синкинезий;
- развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии. Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

- Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
- Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
- Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
- Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
- Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

- ритмопластика и ритмическая гимнастика;
- логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
- психогимнастика под музыку;
- корригирующие игры с пением;
- коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
- коммуникативные танцы;
- хореографические этюды с предметами и без предметов;
- элементы музицирования;
- импровизация;
- ритмический диктант;

Во время проведения занятий используются здоровьесберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи, соотношение статического и динамического компонента урока. рациональность использования оптимального времени урока (3-25-я мин.), размещение учащихся в зале с учетом их особенностей здоровья (нарушения зрения, осанки, рост), активность и работоспособность учащихся на разных этапах урока. интерес к теме или уроку. распределение психической и физической нагрузки, облегченная одежда, проветривание, влажная уборка.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

3. Планируемые результаты освоения обучающимися программы.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Достаточный уровень:

- знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;
- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;
- знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;
- уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

Достижение личностных результатов:

- 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.

Достижение базовых учебных действий:

- познавательных учебных действий:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

- регулятивных учебных действий:

- 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;

- коммуникативных учебных действий:

- 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.

Формы, и средства проверки и оценки результатов обучения

Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке; организации ритмических игр; проведении творческих выступлений. Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в конкурсных мероприятиях или выполнения им некоторых работ. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

- по оценке творческой продукции ребенка – исполнению им комплексов упражнений по ритмической гимнастике, танцев, песен; игре на простых музыкальных инструментах, участию в различных сценических представлениях;
- по повышению уровня общей и физической культуры;
- по введению речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;
- по отношениям в коллективе.

Основные разделы программы

<i>№ п.п.</i>	<i>Тема раздела</i>	<i>Форма</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
<i>1</i>	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	<i>1 уровень</i> - знать все пространственные понятия; знать правила работы в группе; <i>2 уровень</i> - четко, организованно перестраиваться; <i>3 уровень</i> - самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
<i>2</i>	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	<i>1 уровень</i> – знать названия всех упражнений и особенности их выполнения; <i>2 уровень</i> – выполнять упражнения с соблюдением всех правил; <i>3 уровень</i> – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и

			упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Групповое занятие	1 уровень – знать характер музыкального произведения, знать понятие «ритмический рисунок»; знать двухчастную и трехчастную формы музыки; 2 уровень – уметь различать двухчастную и трехчастную формы музыки, 3 уровень – передавать в движении ритмический рисунок мелодии;
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	1 уровень – знать правила игр; 2 уровень – быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; 3 уровень – играть, соблюдая правила;
5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	1 уровень – знать названия движений народного танца, отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, различать основные характерные движения некоторых народных танцев; 2 уровень – самостоятельно менять движение, в соответствии с музыкальным сопровождением; 3 уровень – самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;

4. Содержание программы

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Перестроение в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в круги. Перестроение из кругов в звездочки и карусели. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений

Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы. Упражнения под музыку. Самостоятельное составление ритмических рисунков. Сочетание хлопков и притопов с предметами.

Упражнения на расслабление мышц

Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя

3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

Упражнения на детском пианино. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.

4. Игры под музыку

Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

5. Танцевальные упражнения

Галоп. Элементы русской пляски. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением. Элементы народных танцев.

5. Календарно-тематическое планирование.

№ ур ка	Тема	Кол-во часов	Дата	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности обучающихся	
					Минимальный уровень	Достаточный уровень
I четверть(8ч)						
Упражнения на ориентирование в пространстве						
1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре	1		Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре	Чётко, организованно перестраиваются, быстро реагируют на приказ музыки под руководством учителя.	Чётко, организованно перестраиваются, быстро реагируют на приказ музыки.
2	Построение в шахматном порядке.	1		Перестроение в шахматном порядке (из колонны)		
3	Перестроение из колонн в круги.	1		Построение из нескольких колонн в круги, сужая их и расширяя		
Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения						
4	Движения головы и туловища	1		Круговые движения головы (с акцентом). Движения кистями рук.	Отмечают в движении акцент, слышат меняют движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз под руководством учителя.	Отмечают в движении акцент, слышат и самостоятельно меняют движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.
5	Круговые движения плеч.	1		Круговые движения плечами: вверх, вниз, вперед, назад		
Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений						
6	Разнообразные сочетания движений рук, ног, туловища, кистей.	1		Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.	Умеют координировать свои действия и движения. Выполняют упражнения в разных темпах под руководством учителя.	Умеют координировать свои действия и движения. Выполняют упражнения в разных темпах. Соотносят темп музыки с

7	Упражнения под музыку. РК	1		Выполнение упражнений с ускорением, с замедлением. Поднимать голову, корпус с позиции на корточках		характером и темпом собственных движений.
8	Самостоятельное составление ритмических рисунков.	1		Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельно составить ритмический рисунок, прохлопать его	Умеют с помощью учителя составить ритмический рисунок и продемонстрировать его одноклассникам.	Умеют без помощи учителя составить ритмический рисунок и продемонстрировать его одноклассникам.
II четверть (7ч)						
Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц						
1	Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.	1		Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.	Умеют прыгать в разных направлениях под руководством учителя.	Умеют прыгать в разных направлениях.
Игры под музыку						
2	Выполнение движений под музыку.	1		Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.	Слышат и распознают в музыке ритмический рисунок, акцент (с помощью учителя)	Слышат и распознают в музыке ритмический рисунок, акцент.
3	Передача в движении ритмического рисунка	1		Упражнения на передачу ритмических рисунков темповых и динамических изменений в музыке	Умеют задавать ритм мелодии одноклассникам под руководством учителя.	Умеют задавать ритм мелодии одноклассникам и уметь его проверять.
4	Смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз.	1		Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, мало контрастных частей музыки.	Слышат изменения в музыке и реагируют на них сменой движения (с помощью учителя).	Слышат изменения в музыке и быстро реагируют на них сменой движения.
Танцевальные упражнения						
5	Танцевальные упражнения. Галоп. Круговой галоп.	1		Упражнения на различение элементов народных танцев.	Умеют выполнять галоп в паре под руководством учителя.	Умеют выполнять галоп в паре и по кругу.
6	Танцевальные упражнения. Присядка	1		Танцевальный элемент «присядка».	Исполняют присядку, соблюдая правильную осанку (с помощью учителя).	Исполняют присядку, соблюдая правильную осанку, быстро и ловко выпрямляются.

7	Элементы русской пляски. РК	1		Пружинящий бег. Простые шаги вперед, назад. Три простых шага, притоп (вперед, назад)	Умеют исполнять танцевальную комбинацию из шагов, притопов и хлопков (с подсказками)	Умеют исполнять танцевальную комбинацию из шагов, притопов и хлопков.
III четверть (9ч)						
Координационные движения, регулируемые музыкой						
1	Движения пальцев рук, кистей.	1		Вращение кистями рук по кругу, пальцы сжаты в кулак. Противопоставлять один палец остальным. Двигать руками в разном направлении	Умеют выполнять элементы пальчиковой гимнастики под музыку (с помощью учителя).	Умеют выполнять элементы пальчиковой гимнастики под музыку.
Упражнения на ориентирование в пространстве						
2	Перестроение из кругов в звездочки и карусели	1		Перестроение из простых и концентрированных кругов в «звездочки» и «карусели». Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	Ориентируются в пространстве зала, владеют пространственными понятиями. Знают фигуры-построения: линия, колонна, круг, карусель, звездочка (с подсказками).	Ориентируются в пространстве зала, владеют пространственными понятиями. Знают фигуры-построения: линия, колонна, круг, карусель, звездочка. Умеют перестраиваться во все перечисленные фигуры.
3	Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	1		Ходьба по диагональным линиям по часовой стрелке и против		
Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения						
4	Движения кистей рук	1		Выбрасывание руки вперед, в стороны, вверх	Знают упражнения для рук, ног, корпуса, спины и умеют их выполнять (с подсказками)	Знают упражнения для рук, ног, корпуса, спины и умеют их выполнять.
5	Круговые движения и повороты туловища	1		Поворачивать корпус с передачей предметов		
6	Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки.	1		Выставлять ногу во все стороны (начиная вправо) Ходить на внутренних краях стопы		
Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений						
7	Сочетание хлопков и притопов с предметами. РК	1		Сочетание хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).	Умеют согласовывать движения. (с помощью учителя).	Умеют согласовывать движения.
Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц						
8	Упражнения на имитацию распускающегося и	1		С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание	Умеют расслаблять и напрягать мышцы, выполняя имитационные упражнения	Умеют расслаблять и напрягать мышцы, выполняя имитационные

	увядающего цветка			головой, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).	под руководством учителя.	упражнения.
9	Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни.	1		Игры на узнавание знакомой песни.	Умеют узнавать знакомые мелодии (с помощью учителя).	Умеют узнавать знакомые мелодии
IV четверть (8ч)						
Координационные движения, регулируемые музыкой						
1	Передача основного ритма знакомой песни.	1		Выполнение несложных упражнений песни.	Понимают ритм услышанной мелодии, умеют его повторить (с помощью учителя)..	Понимают ритм услышанной мелодии, умеют его повторить.
Игры под музыку						
2	Игры под музыку. Начало движения.	1		Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой музыкальных фраз	Начинают движение вместе с началом музыки (с помощью учителя)..	Начинают движение вместе с началом музыки.
3	Разучивание игр, элементов танцевальных движений.	1		Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии	Передают в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки (с помощью учителя).	Передают в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки
4	Игры с пением, речевым сопровождением.	2		Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка песен, сказки	Проговаривают игровые считалочки, попевки, песни под руководством учителя.	Четко и ясно проговаривают игровые считалочки, попевки, песни.
Танцевальные упражнения						
5	Шаг кадрили	1		Подскоки с продвижением вперед, назад, на месте	Умеют выполнять шаг кадрили (с помощью учителя).	Умеют выполнять шаг кадрили.
6	Разучивание народных танцев.	2		Движение парами по кругу лицом, боком. Выполнение основных движений народных танцев	Знают и выполняют движения народных танцев индивидуально, в парах, по кругу (с помощью учителя)..	Знают и выполняют движения народных танцев индивидуально, в парах, по кругу.

