

Министерство общего и профессионального образования Свердловской области

**Государственное казенное образовательное учреждение Свердловской области
«Школа № 1 города Лесного,
реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»**

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГКОУ СО
«Школа № 1 города Лесного»
от 20.08.2018 № 93

Ритмика
*(рабочая программа учебного курса
в 4 «А» классе)*

*Составитель программы:
Югова В.В.
учитель I категории*

Лесной
2018-2019 уч. год

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Ритмика» составлена для учащихся 4 «А» класса с умственной отсталостью на основе:

- программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: подготовительный, 1-4 класс / под ред. А.А. Айдарбековой, В.М. Белова, В.В. Воронковой. –М. : Просвещение, 2013;
- программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией И. М. Бгажноковой – 2011.

Рабочая программа для учащихся 4 «А» класса с умственной отсталостью составлена с учётом следующих правовых и нормативных документов:

- Конституция Российской Федерации;
- Конвенция ООН о правах ребёнка;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Постановление ГД ФС РФ от 18.07.1996 N 566 - II ГД «О Федеральном законе «Об образовании лиц с ОВЗ (специальном образовании)»;
- Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-03 «Об образовании в Свердловской области» (в действующей редакции);
- «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» 2.4.2.3286-15;
- Программы развития ГКОУ СО «Школа № 1 города Лесного»;
- Устав государственного казённого общеобразовательного учреждения Свердловской области «Школы № 1 города Лесного, реализующей адаптированные основные общеобразовательные программы»;
- Образовательная программа ГКОУ СО «Школа № 1 города Лесного»
- Положения о рабочей программе педагога ГКОУ СО «Школы № 1 города Лесного »
- Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на учебный год.

Рабочая программа рассчитана на **34 часа в год, 1 час в неделю.**

Программа построена на **основных принципах** образовательного процесса:

1. коррекционная направленность обучения;
2. индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
3. комплексное обучение на основе передовых технологий – медико - педагогических технологий;
4. воспитывающий характер обучения.

Учитывая возрастные и индивидуальные возможности детей с проблемами в развитии, организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий музыкально-ритмической деятельностью включает такие **направления**, как:

- коррекция психических функций, где средствами музыкально-ритмических занятий осуществляется коррекция внимания, памяти, воображения, восприятия;
- коррекция эмоционально-волевой сферы, где дети овладевают «Языком выразительных движений», умением передавать различные эмоциональные состояния, учатся снимать психоэмоциональное напряжение, приобретают навыки невербальной коммуникации, адекватного группового поведения;
- коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движения, ориентировки в пространстве.

Основными **методами** работы являются:

- наглядно-слуховой;
- зрительно-двигательный;
- совместные действия учащегося со взрослым;
- подражание действиям взрослого;
- жестовая инструкция;
- собственные действия учащегося по вербальной инструкции взрослого.

Цели обучения:

- развитие музыкальности, творческих способностей, навыков коллективных действий;
- стимуляция и коррекция движений с учетом индивидуальных показаний психического и физического развития учащихся.

Задачи обучения:

- укрепление здоровья: формирование правильной осанки, развитие опорно-двигательного аппарата, развитие и совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- совершенствование психомоторных способностей: развитие гибкости, мышечной силы, координационных способностей; развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой; формирование навыков выразительности, пластичности в танцевальных движениях;
- развитие творческих и созидательных способностей: развитие воображения, кругозора, познавательной активности; формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку; воспитание эмоционального выражения, творчества в движениях, развитие взаимопомощи и трудолюбия.

Реализация задач осуществляется через различные виды деятельности, главные из которых:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико – гимнастические упражнения;
- упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Пространственные ориентировки представляют большую сложность для данной категории детей, овладение ими проходит в несколько этапов:

- изменение положения отдельных частей тела под контролем зрения;
- словестное обозначение различных направлений, все это по отношению к частям тела ребенка;
- определение направления по отношению к предметам, к другим людям.

Ритмико – гимнастические упражнения.

Основная цель данных упражнений – научить учащихся согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

Упражнения на детских звучащих инструментах развивают чувство ритма, повышают внимание, скорость реакции. По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование.

Игры под музыку.

Музыкальные игры направлены на выражение эмоционального содержания музыки, активизируют заинтересованное отношение ребенка, способствуют восприятию музыкальных образов. Различают сюжетные игры, осуществляемые в образных движениях, и несюжетные, которые разыгрываются по определенным правилам в зависимости от характера музыкального произведения.

Танцы и пляски.

Привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танцев; развитие эстетического чувства; формирование коллективистических начал во взаимоотношениях.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психических особенностей развития умственно отсталых учащихся, уровня их знаний и умений. Материал в программе расположен по степени усложнения и увеличения объема заданий и сведений, что способствует расширению круга знаний и умений учащихся.

Представленное в данной программе содержание обучения в целом доступно детям с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Однако для этой категории учащихся нельзя устанавливать традиционные требования к усвоению знаний, умений и навыков. В программе не могут быть сформулированы основные требования к знаниям и умениям учащихся в обязательной форме. Более

приемлема формулировка: «Учащиеся могут овладеть следующими знаниями и умениями».

Три уровня усвоения учебного материала:

1-ый – базовый уровень – предполагает реализацию требований к ученику в объеме программного материала;

2-ой – минимально – необходимый (или сниженный) уровень скорректирован по отношению к базовому в сторону уменьшения объема материала и его содержательного потенциала;

3-ий – пониженный уровень для детей с выраженными формами интеллектуального недоразвития.

При прохождении программы организуется контроль индивидуального усвоения знаний и умений каждым учащимся. Для этого используется «Мониторинг усвоения знаний и умений» по годам обучения.

Общая характеристика учебного курса

Курс нацелен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально – ритмической деятельности, способствующими общему развитию учащихся, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма).

Структура курса

Упражнения на ориентировку в пространстве

- построение в колонну, шеренгу, цепочку, в шахматном порядке;
- перестроения в круг из колонны, шеренги, цепочки;
- ходьба и бег с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;
- чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, с ходьбой на носках и пятках, широким и мелким шагом;
- выполнение простых движений с предметами во время ходьбы и бега;
- ориентировка в направлении движений: вперед, назад, направо – налево, в круг, из круга, по диагонали.

Ритмико – гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения:

- развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов:
 - ✓ наклоны туловища (вправо – влево, вперед – назад) в сочетании со сгибанием и разгибанием колен, с движениями рук;
 - ✓ повороты туловища вправо – влево в сочетании с движениями рук; в положении стоя – сидя с передачей предметов;
 - ✓ круговые движения туловища в сочетании с положениями рук;
 - ✓ наклоны, повороты, круговые движения головы;
 - ✓ движения рук в разных направлениях;
 - ✓ движение ног: сгибание и разгибание ноги в подъеме, ступни в положение стоя – сидя; выставление ног поочередно вперед – назад, в стороны, в исходное положение; перенесение тяжести тела с пятки на носок и обратно; вставание на полупальцы;
 - ✓ приседания: с опорой и без опоры; с одновременным выставлением ноги вперед, в сторону; с напряженным разведением колен в стороны.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

- движение кистей рук в разных направлениях: вверх – вниз, вправо – влево, круговые движения, повороты, сгибание и разгибание;
- движение кистей рук в разном темпе: в медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением;
- противопоставление пальцев одной руки другой;
- одновременное, поочередное сгибание в кулак пальцев рук;
- движение пальцев рук в разном темпе: в медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением;
- упражнение для кистей рук с барабанными палочками;
- отстукивание простых ритмических рисунков.

Игры под музыку

- упражнения на передачу в движении темповых, динамических изменений в музыке; в соответствии с регистрами, ритмическим рисунком музыкального сопровождения, передача акцентов; двухчастной формы музыкальных произведений;
- изменение направления ходьбы и бега в соответствии с изменениями в музыке;
- действия с воображаемыми предметами;
- игры:
 - «Игра с бубном»
 - «Узнай по голосу»
 - «Ищи»
 - «Кто скорее ударит в бубен»
 - «Заводные игрушки»
 - «Правила дорожного движения»
 - «Колобок»
 - «Кот и мыши»
 - «Поездка за город».
- инсценирование песен:
 - «К нам приходит Новый год»
 - «Новогодний хоровод»
 - «Наша Армия»

Танцевальные упражнения

Элементы русской пляски:

- ✓ простой хороводный шаг;
- ✓ выставление ноги на носок, пятку;
- ✓ быстрые мелкие шаги на всей ступне;
- ✓ притопы одной, двумя ногами поочередно;
- ✓ приставные шаги с приседанием;
- ✓ полуприседание с выставлением ноги на пятку;
- ✓ присядка и полуприсядка на месте, с продвижением.
- движение парами: ходьба, бег, кружение на месте, поскоки на месте и с продвижением вперед – назад;
- танцевальные движения: прямой, боковой галоп; маховые движения рук;
- танцы и пляски:
 - «Пляска с притопами»
 - «Хлоп – хлоп – хлоп»
 - «Парная пляска»
 - «Танец с хлопками»
 - «Веселые дети».

Основные требования к знаниям и навыкам обучающихся

Учащиеся могут овладеть следующими базовыми представлениями:

- об основных построениях и перестроениях на уроке;
- о разновидностях ходьбы и бега в сочетании с движениями ног, движение с предметами;
- об ориентировке направлении движений;
- об общеразвивающих упражнениях: наклоны, повороты, круговые движения корпуса в сочетании с движением рук, ног; приседания в сочетании с движениями ног;
- о разнообразии упражнений для кистей, пальцев рук;
- об играх с предметами, пением и речевым сопровождением;
- об основных элементах русской пляски.

Учащиеся могут овладеть следующими умениями:

1 уровень

- строится в колонну по одному, находить свое место в строю, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- сохранять правильную дистанцию;

- начинать движение после вступления;
- двигаться в соответствии с характером музыки;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- выполнять общеразвивающие упражнения в определенном темпе и ритме;
- воспроизводить несложный ритмический рисунок;
- подражать действиям взрослого в процессе выполнения заданий;
- двигаться парами по кругу в плясках и хороводах;
- выполнять простейшие танцевальные движения под музыку.

2 уровень

- строится в колонну по одному, находить свое место в строю, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- сохранять правильную дистанцию;
- начинать движение после вступления;
- двигаться в соответствии с характером музыки;
- двигаться по классу в разных направлениях не мешая друг другу;
- подражать действиям взрослого в процессе выполнения задания;
- выполнять простейшие танцевальные движения под музыку.

3 уровень - для детей с выраженными формами интеллектуального недоразвития.

- строится в колонну по одному, находить свое место в строю, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- начинать движение после вступления;
- выполнять простейшие танцевальные движения под музыку.

Результаты изучения учебного материала.

В процессе освоения содержания курса «Музыкально - ритмические занятия» создаются условия для достижения обучающимися следующих личностных, предметных и метапредметных результатов.

Личностными результатами обучающихся являются:

- устойчивый интерес к различным видам музыкально – творческой деятельности;
- эмоциональный отклик на выразительные и изобразительные особенности музыки;
- сформированность мотивации к обучению;
- взаимодействие и сотрудничество со взрослыми и сверстниками при решении различных творческих задач;
- адекватное восприятие оценки своей деятельности.

Предметными результатами обучающихся являются:

- выполнение заданий после показа и словесной инструкции учителя;
- определение основных построений и перестроений;
- выполнение общеразвивающих упражнений в определенном темпе и ритме;
- представление о пространстве и умение ориентироваться в нем;
- умение передавать в движении характер и динамические изменения в музыке;
- выполнение элементарных движений с предметами (мячи, флажки, погремушки, палочки);
- инсценирование (совместно с педагогом) песен и плясок;
- выполнение простейших танцевальных движений под музыку;
- знание названий основных элементов русской пляски.

Метапредметными результатами обучающихся являются:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;
- участие в совместной деятельности;
- участие в творческой жизни класса и школы;
- овладение базовыми предметными и метапредметными понятиями.

Календарно тематическое планирование

№ урока	Разделы программы и темы уроков	Кол-во уроков	Дата
1.	Основное построение группы на уроке	1	
2.	Построение в колонну.	1	
3.	Построение в шеренгу.	1	
4.	Построение в цепочку.	1	
5.	Построение в шахматном порядке.	1	
6.	Перестроение в круг из колонны.	1	
7.	Перестроение в круг из шеренги.	1	
8.	Перестроение в круг из цепочки.	1	
9.	Ходьба и бег.	1	
10.	Ходьба с высоким подниманием колен.	1	
11.	Бег с высоким подниманием колен.	1	
12.	Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.	1	
13.	Бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.	1	
14.	Чередование ходьбы с приседанием.	1	
15.	Чередование ходьбы со сгибанием коленей.	1	
16.	Чередование ходьбы с ходьбой на носках.	1	
17.	Чередование ходьбы широким и мелким шагом.	1	
18.	Чередование ходьбы с ходьбой на пятках.	1	
19.	Ходьба в соответствии с ритмической пульсации.	1	
20.	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1	
21.	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1	
22.	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1	
23.	Выполнение простых движений с предметами во время бега.	1	
24.	Выполнение простых движений с предметами во время бега.	1	
25.	Выполнение простых движений с предметами во время бега.	1	
26.	Направление движений: вперед.	1	
27.	Направление движений: назад.	1	
28.	Направление движений: направо.	1	
29.	Направление движений: налево.	1	
30.	Направление движений: в круг.	1	
31.	Направление движений: из круга.	1	
32.	Направление движений: по диагонали.	1	
33.	Закрепление темы: «Ориентировка направления движений»	1	
34.	Обобщающий итоговый урок.	1	

Объекты и содержание учебных материалов, обеспечивающих педагогическую деятельность

Образовательная область	класс	Кол-во учащихся	Программа	Количество часов по учебному плану	Учебно-методическое обеспечение, учебно-методический комплект	
					Методическое обеспечение	Дидактическое обеспечение
Ритмика.	4 «А»	6	Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: подготовительный, 1-4 класс / под ред. А.А. Айдарбековой, В.М. Белова, В.В. Воронковой. – М. : Просвещение, 2013.	34 ч. (1ч. в неделю)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Программа классов (групп) для умственно отсталых детей (IQ 20 – 49) (Программа «Особый ребенок»). Пермь, 2004. 2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида / под ред. И.М. Бгажноковой. – М., 2011. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина «Музыка и движение» (упражнения, игры и пляски для детей 5 – 6 лет). Москва, Просвещение 1983г. 2. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина «Музыка и движение» (упражнения, игры и пляски для детей 6 – 7 лет). Москва, Просвещение 1984. 3. И.В. Евтушенко «Музыкальное воспитание умственно отсталых детей – сирот». Москва. Асадема, 2003. 4. М.А. Давыдова «Музыкальное воспитание в детском саду». Москва. ВАКО, 2006. 5. М.Ф. Литвинова «Русские народные подвижные игры». Москва. «Просвещение», 1986. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мячи разного размера. 2. Флажки. 3. Набор музыкальных инструментов (ксилофоны и металлофоны). 4. Набор шумовых инструментов (трещотки, погремушку, бубны, ложки, маракасы, корбочки, рубель). 5. Набор игрушек. 6. Аудиозаписи. 7. Видеозаписи. 8. Диски.