

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Адыгея

Муниципальное образование «Шовгеновский район»

МБОУ СОШ №4 а. Мамхег

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей
начальных классов

руководитель ШМО

 М.З. Дачева

Протокол №1 от «28» 08.2024г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

 Н.К. Хужева

Протокол №1 от «28» 08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МБОУ СОШ №4 а.

 А.К. Пченашев

Приказа № 108 от «29» 08.2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса

Название: «Ритмика»

Направление: коррекционное

Класс: для обучающихся 1- 4 классов с задержкой психического развития,
расстройство аутистического спектра.

Шагужева Рузана Заурбечевна,
учитель начальных классов.

а. Мамхег
2024г

Программа коррекционного курса «Ритмика» детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с задержкой психического развития, расстройство аутистического спектра в соответствии:

Цель коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся с задержкой психического развития, расстройство аутистического спектра в соответствии:

- создание условий для творческой социализации, социальной адаптации, социального взаимодействия детей с ОВЗ, развитие у ребенка творческого потенциала, психологической уверенности в собственной социальной значимости.

Задачи программы:

- Помощь ребенку в процессе самопознания и саморазвития. Максимальное раскрытие его творческих возможностей, гармонизация процессов роста.
- Активизация познавательных интересов, расширение горизонтов познания.
- Помощь в овладении навыками межличностного общения и сотрудничества, продуктивной индивидуальной и коллективной деятельности.

В обучении:

- формирование интереса к хореографическому искусству, раскрытие его многообразия и красоты;
- ознакомление с основами хореографии;
- умение ориентироваться в пространстве;
- обучение восприятию произведения танцевального искусства;
- научиться пользоваться своим мышечным аппаратом;
- освоение работы в группе, в паре с партнером;
- формирование ориентировки в пространстве, умения исполнять движения в комбинации;
- развитие памяти движений.

В развитии:

- развитие умения и навыка слышать и слушать музыку, передавать ее в движение;
- развить чувство ритма;
- развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, выносливость, координацию;
- развивать и укреплять костно-мышечный аппарат;
- развивать выразительность, выносливость, координацию.

В воспитании:

- воспитание коммуникативных и коллективистских навыков, навыков социального взаимодействия;
- воспитание необходимых психологических качеств танцора - актёра: внимания, быстроты реакции, воображения, чуткого и внимательного отношения к партнёру по сцене, друзьям и близким; раскрепощенности и свободы действий в обыгрывании танца на сцене.

Данная программа коррекционного курса «Ритмика», учитывает особенности психофизического развития обучающихся с ОВЗ, содержит требования к организации учебных занятий по предмету и составлена в соответствии с принципами коррекционной педагогики. При разработке адаптированной рабочей программы учитывались специфические особенности обучения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Содержание программы коррекционного курса «Ритмика» направлено на обеспечение двигательных потребностей детей, на развитие их моторики, координации движений, ориентировки в пространстве, на улучшение эмоционального состояния. Характерные для детей с ОВЗ особенности нервно – психического развития, поведения и личностных реакций, эмоционально – волевая незрелость хорошо поддаются коррекции на уроках ритмики. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему

разностороннему развитию школьников, преодолению отклонений в психическом и физическом развитии.

Данная программа по ритмике предназначена для обучающихся с ОВЗ, рассчитана на 33 часа за учебный год в 1 классе и 34 часа во 2, 3, 4, 5, 6 классе. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий – 20 - 25 минут. Каждое занятие начинается и заканчивается 2-х – 3-х минутной релаксацией (в начале занятия, - настрой на урок, в конце, - снятие нагрузки). Учитывая индивидуальные особенности детей с ОВЗ (быстрая утомляемость), занятия в группах определены временными рамками.

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции музыкально –двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов:

- 1) «Ритмико-гимнастические и общеразвивающие упражнения»,
- 2) «Музыкально –ритмические упражнения (с детскими музыкальными звучащими инструментами)»,
- 3) «Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»,
- 4) «Народные пляски и современные танцы».

На каждом уроке осуществляется работа по всем четырём разделам программы. Однако в зависимости от целей и задач каждого конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению).

1.Ритмико–гимнастические(в дальнейшем РГУ)и общеукрепляющие упражнения(ОРУ) проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом.

Они включают гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, танцевальные шаги, переноску предметов. Сюда входят упражнения на укрепление мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, специальные упражнения для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т.д. В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации. К ним относятся шаги и прыжки (ч/з обруч, скакалку), бег между предметами, повороты на пальцах. Статические упражнения можно выполнять с закрытыми глазами, стоя на двух или на одной ноге, можно использовать в заключительной фазе урока, т.к. они способствуют успокоению. В этих упражнениях развивается способность управлять телом, ориентироваться в пространстве, добиваться поставленного результата. Упражнения используются в порядке усложнения и строятся на чередовании различных музыкальных сигналов: (громкого и тихого звучания; чередования темпа (быстрого и медленного); различного по высоте звучания (движение в противоположных направлениях) и т.п. В таких упражнениях развивается быстрота реакции, совершенствуются способности дифференцировок, воспитывается наблюдательность и внимание.

2. Музыкально–ритмические упражнения с детскими музыкальными звучащими инструментами (в дальнейшем МРУ).

В этом разделе работы используются детские музыкальные инструменты –ложки, погремушки, бубны, трещотки, треугольники и т.д. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводятся под счёт. Вначале дети знакомятся с каждым инструментом в отдельности и его возможностями, учатся обращению с инструментами. Они упражняются в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т.д.). Такие упражнения неоднократно повторяются, их сложность постепенно нарастает, навыки обращения с инструментом и чувство ритма постепенно развиваются. Упражнения на детских музыкальных инструментах чрезвычайно полезны для развития чувства ритма, повышают внимание детей, скорость реакции, развивают способность дифференцировок на слух. По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование, создание ансамбля и оркестра. В упражнениях со звучащими инструментами дети активно приобщаются к искусству, учатся выражать себя в нём, участвуют в совместном исполнении произведений. Это является мощным средством эстетического воспитания школьников и формирования способности активной творческой совместной деятельности. Совместное музицирование повышает внимание учащихся и чувство ответственности перед товарищами за своё участие в общем исполнении.

3. Импровизация движений на музыкальные темы и игры.

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Подобные упражнения повышают творческую активность и фантазию, побуждают учащихся включаться в коллективную деятельность, прилагать совместные усилия к решению задачи и доставляют им особую радость. В этих упражнениях преодолевается скованность учащихся, повышается способность приспособлять свои действия к имеющимся условиям и ситуациям, возрастает осознание ответственности за свои действия перед остальными учениками. Постепенно с годами дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. В подвижных и ролевых играх учащиеся получают возможность проявить свои творческие способности (перевоплощение в героев игры, сценическое движение, импровизация и т.д.).

4. Народные пляски и современные танцы.

Особенно полезны народные пляски и танцы, так как приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, создают положительные эмоции. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения. Работа в этом разделе всегда порождает радость детей, помогает развитию у них эстетического чувства, способствует формированию коллективистских начал во взаимоотношениях, повышает культуру поведения. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы, сюжетные танцы. Овладевая танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение. Вместе с двигательными навыками учащиеся усваивают специальные термины: шаг польки, переменный шаг, шаг галопа, приставной шаг и др. Подготовка к работе по этому разделу может проводиться в любой части урока, когда в занятие включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения. Разученные на уроке танцы могут быть использованы во внеурочной деятельности школьников. Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки. При этом принципиально важным является положение о том, что формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются при занятиях физкультурой и музыкой. На уроках ритмики происходит дальнейшее практическое освоение этих понятий, умений и способов действия в специфической форме музыкально – ритмической деятельности.

Результаты изучения учебного предмета.

Личностные результаты:

Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и трудолюбие и упорство в достижении цели; Оказание помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

Характеристика явления (действий, поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и опыта; Обнаружение ошибок при выполнении задания, отбор способов их исправления. Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования; Анализ и объективная оценка результатов собственного труда; Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека; Оценка красоты осанки и телосложения, сравнение их с эталонным образцом; Управление эмоциями при общении со сверстниками, сдержанность, рассудительность; технически правильное выполнение действий.

Предметные результаты:

планирование занятий ритмическими упражнениями в досуговой деятельности, при организации отдыха; оказание помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения; организация и проведение подвижных, музыкальных и ролевых игр и элементов танцев; взаимодействие со сверстниками по правилам проведения музыкально – подвижных игр; организации музыкально –

исполнительской и танцевальной деятельности; выполнение танцевальных, ритмико-гимнастических и музыкально –исполнительских действий на высоком уровне.

Основные требования к результатам обучения по предмету «Ритмика»

К концу 1 класса

Учащиеся должны знать:

- термины: громко –тихо, быстро –медленно, характер музыки (бодрый, весёлый, печальный, грустный);
- темп музыки и движения (быстро, медленно, неторопливо);
- названия простых общеразвивающих упражнений;
- названия простых танцевальных шагов (мягкий, приставной, на полупальцах, галоп).

Должны уметь:

- выполнять основные движения и общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку на 2/4 и 4/4;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторить на звучащем инструменте простейший ритмический рисунок;
- -выполнять простейшие подражательные движения;
- -участвовать в 3-4 плясках.

К концу 2 класса учащиеся знают:

- термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов);
- термины, связанные с различными перестроениями; -названия различных танцевальных шагов (5-6 названий).

Должны уметь:

- начинать и заканчивать движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы;
- обращаться с 3-4 звучащими инструментами в отдельности; -передавать движением или на инструменте сильную и слабые доли такта;
- свободно двигаться под музыку различного характера; -участвовать в 3-4 плясках.

К концу 3 класса учащиеся должны знать:

- термины: двухдольный и трёхдольный размер; -ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон);
- названия новых элементов танца и танцевальных шагов.

Должны уметь:

- использовать поочередно несколько звучащих инструментов в произведении;
- подбирать самостоятельно свободные движения под музыку различного характера;
- согласовывать звучание инструментов в ансамбле;
- участвовать в исполнении разученных плясок и танцев;
- отмечать хлопками и другими движениями сильные доли такта;
- ритмично и чётко выполнять гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на $\frac{3}{4}$ и при чередовании размеров в произведении.

К концу 4 класса учащиеся должны знать:

- все изученные термины и названия;

Должны уметь:

- выполнять любые гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку различного характера и темпа;
- отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки;
- передавать на различных звучащих инструментах ритмический рисунок любых знакомых песен, музыкальных пьес;
- участвовать в инсценировке песен, в сценических изображениях музыкальных сказок;
- участвовать в различных композициях движений из разученных плясок и танцев.

Календарно-тематическое планирование 1кл

(при занятиях 1 час в неделю – 33 часа в год)

№	Кол-во часов	Название темы	Дата	
1	1	Введение. Что такое ритмика.		
2	1	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса		
3	1	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).		
4	1	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.		
5	1	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.		
6	1	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.		
7	1	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.		
8	1	Ритмическая схема. Ритмическая игра.		
9	1	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).		
10	1	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.		
11	1	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.		
12	1	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.		
13	1	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.		
14	1	Упражнения для профилактики плоскостопия.		
15	1	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.		
16	1	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.		
17	1	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».		
18	1	Упражнения на расслабление мышц.		
19	1	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».		
20	1	Музыкальные, танцевальные темы.		
21	1	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница»		
22	1	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.		
23	1	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы. 1		
24	1	Правила танцевального этикета.		
25	1	Правила танцевального этикета.		
26	1	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.		
27	1	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.		
28	1	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.		
29	1	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.		
30	1	Ритмические упражнения.		
31	1	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.		
32	1	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.		
33	1	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.		

Календарно-тематическое планирование 2кл

(при занятиях 1 час в неделю – 34 часа в год)

№	Кол-во часов	Название темы	Дата	
1	1	Введение. Что такое ритмика.		
2	1	Основные движения, понятия		
3	1	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).		
4	1	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.		
5	1	Музыкально-ритмические игры “Балетмейстер”, “Шаг”		
6	1	ОРУ. Ходьба с координацией рук и ног		
7	1	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.		
8	1	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.		
9	1	Элементы асимметричной гимнастики. Упражнения для развития тела.		
10	1	Движения по линии танца. Тесты, оценивающие подвижность шейного отдела.		
11	1	Перестроение для танцев. Тесты, позволяющие оценить эластичность Мышц плечевого пояса.		
12	1	Музыкально-ритмические игры “Балетмейстер”, “Шаг”.		
13	1	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.		
14	1	Разучивание разминки. Тесты, оценивающие эластичность локтевого плеча, сустава, предплечья.		
15	1	Позиции рук. Основные правила.		
16	1	Позиции рук. Основные правила.		
17	1	Позиции ног. Основные правила		
18	1	Позиции ног. Основные правила		
19	1	Музыкально-ритмические игры “Балетмейстер”, “Шаг”		
20	1	Позиции в паре. Основные правила.		
21	1	Позиции в паре. Основные правила.		
22	1	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.		
23	1	Красота движений в Танце		
24	1	Партерный экзерсис.		
25	1	Партерный экзерсис.		
26	1	Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений. Упражнения для развития позвоночника.		
27	1	Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений. Упражнения для развития позвоночника.		
28	1	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.		
29	1	Музыкально-ритмические игры “Балетмейстер”, “Шаг”.		
30	1	Ритмические упражнения.		
31	1	Повторение позиций в паре, позиции европейских танцев.		
32	1	Диско-танец «Стирка». Танец-импровизация.		
33	1	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.		
34	1	Игры под музыку		

Календарно-тематическое планирование Зкд

(при занятиях 1 час в неделю – 34 часа в год)

№	Тема	К-во часов	Дата	
			по плану	по факту
1	Введение. Что такое ритмика. Правильное исходное положение.	1		
2	Перестроение из шеренги в круг, цепочка.	1		
3	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	1		
4	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами	1		
5	Перекрестное поднимание и опускание рук.	1		
6	Одновременные движения правой и левой рук	1		
7	Свободное круговое движение рук.	1		
8	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).	1		
9	Движения кистей рук в разных направлениях.	1		
10	Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки	1		
11	Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке	1		
12	Знакомство с танцевальными движениями	1		
13	Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1		
14	Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах.	1		
15		1		
16	Направления движений вперед, назад, направо, налево.	1		
17	Направления движений в круг, из круга.	1		
18	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1		
19	Наклоны и повороты туловища	1		
20	Приседания с опорой и без опоры	1		
21	Приседания с предметами	1		
22	Упражнения на выработку осанки.	1		
23	Одновременные движения рук и ног.	1		
24	Смена позиций рук	1		
25	Свободное круговое движение рук. «Маятник»	1		
26	Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.	1		
27	Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане	1		
28	Имитационные упражнения.	1		
29	Движения транспорта, людей.	1		
30	Музыкальные игры с предметами.	1		
31	Элементы русской пляски	1		
32	Движения парами	1		
33	Марш. Понятие о марше, ритмический счет.	1		
34	Танец «Пляска с притопами»			

Календарно-тематическое планирование 4кл

(при занятиях 1 час в неделю – 34 часа в год)

№	Тема	К-во часов	Дата	
			по плану	по факту
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба с поворотами.	1		
2	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	1		
3	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.	1		
4	Наклоны и повороты головы	1		
5	Наклоны туловища	1		
6	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук	1		
7	Перекрестные движения	1		
8	Сопряженные движения рук и ног	1		
9	Круговые движения руками.	1		
10	Упражнения на детских музыкальных инструментах.	1		
11	Игры под музыку. Различение изменений в музыке	1		
12	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки	1		
13	Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг.	1		
14	Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Хлопки. Полька.	1		
15	Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	1		
16	Построение круга из шеренги	1		
17	Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами	1		
18	Повороты туловища с передачей предмета РК	1		
19	Движения рук и ног.	1		
20	Упражнения на выработку осанки	1		
21	Одновременные движения рук и ног.	1		
22	Ускорение и замедление движений	1		
23	Смена движений.	1		
24	Встряхивание и раскачивание рук.	1		
25	Раскачивание рук поочередно и вместе	1		
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног	1		
27	Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне	1		
28	Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане	1		
29	Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов.	1		
30	Игры с пением и речевым сопровождением.	1		
31	Инсценирование доступных песен.	1		
32	Танцевальные упражнения. Переменные притопы.	1		
33	Элементы русской пляски	1		
34	Танцевальные упражнения.	1		