

**Адаптированная рабочая программа
по коррекционному курсу «Ритмика»
для обучающихся 3 класса (Вариант 1)**

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для 3 класса разработана на основе:

закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

приказа Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

приказа Министерства образования и науки Российской Федерации и от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №7»;

учебного плана государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 7»;

годового учебного календарного графика на текущий учебный год.

Целью программы коррекционного курса «Ритмика» является исправление недостатков психического и физического развития средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачами, определяющими особую значимость ритмики, как одного из звеньев коррекционной работе с детьми данной категории, являются:

развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей;

развитие общей и речевой моторики;

развитие эмоционально-волевой сферы;

развитие и совершенствование танцевальных и исполнительских способностей;

формирование навыков владения ходьбой, бегом и другими видами движения в соответствии со структурой, темпом, динамикой музыки;

формирование и развитие кинестетических ощущений;

воспитание переключаемости с одного поля деятельности на другое;

воспитание культуры движения, культуры чувства, чувства ответственности в коллективном выполнении упражнений, игр и танцев;

воспитывать интерес и любовь к музыке;

развитие чувства ритма.

развитие эмоциональной отзывчивости, художественно-творческих способностей, чувства пространства;
приобщение к разным видам музыкальной деятельности;
создание условий для развития творческих способностей.

Планируемые результаты:

- 1. Личностные** учебные действия обеспечивают готовность ребенка к принятию новой роли ученика, понимание им на доступном уровне ролевых функций и включение в процесс обучения на основе интереса к его содержанию и организации.
- 2. Коммуникативные** учебные действия обеспечивают способность вступать в коммуникацию со взрослыми и сверстниками в процессе обучения.
- 3. Регулятивные** учебные действия обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.
- 4. Познавательные** учебные действия представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления школьников.

Возможные результаты освоения программы:

Минимальный уровень:

готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организационно 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;

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 круг 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;

начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень:

уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

организованно строиться (быстро, точно);

сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

легко, естественно и непринуждённо выполнять все игровые и плясовые движения;

ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Общая характеристика учебного предмета

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, достигается по средствам 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 с детьми данной категории обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Одним из видов деятельности с учащимся являются музыкально – ритмические движения, которые сопровождаются подпеванием, «звучащими» жестами и действиями с использованием простейших ударных и шумовых инструментов (погремушек, колокольчиков, трещоток и т.п.).

Особое внимание обращается на стимулирование учащихся играм на музыкальных инструментах.

Для того чтобы избежать повторности и разнообразить кинестетический, слуховой и познавательный опыт учащихся на уроках «Ритмика» предлагается активно использовать самодельные музыкальные инструменты: трещотки, баночки с сыпучим материалом и т.п.

На музыкальных уроках дети обучаются разнообразным ритмичным движениям, соответствующим характеру звучания музыки:

- ходьба в разном темпе;
- бег по кругу;
- бег с предметом;
- подскоки на месте;
- приседания с поворотами вправо и влево и др.

Большое значение в ходе уроков придается коррекции эмоционально – волевой сферы и познавательной деятельности учащихся. В процессе образовательной деятельности следует учитывать быструю утомляемость учащихся, их эмоциональную неустойчивость. Поэтому следует переключать учащихся с одного вида музыкальной деятельности на другую (пение на ритмичные упражнения, движение на слушание и т.п.). Уроки «Ритмика» направлены на выработку динамической координации движений, их точности и четкости, способность удерживать двигательную программу при последовательном выполнении движений. Особое значение здесь приобретают упражнения, направленные на развитие тонкой моторики: сжимание и разжимание кистей, встряхивание и помахивание ими с постепенным увеличением амплитуды движений в суставах и совершенствованием взаимодействия анализаторов. Эти упражнения проводятся под музыку.

В результате освоения программы:

Будет знать: правила поведения на занятиях ДР, что такое двигательное развитие, ее роль и влияние на организм ребенка. Что такое правильная осанка. Гигиенические требования к занятиям по двигательному развитию. Правила приема воздушных и солнечных ванн. Значение занятий на открытом воздухе. Знать правила подвижных игр, изученных на занятиях.

Будет уметь: выполнять упражнения, направленные на двигательное развитие, играть в подвижные игры.

Будет иметь: прирост показателей развития основных физических качеств; показывать хорошие умения и навыки в выполнении упражнений по двигательному развитию.

Учащиеся будут уметь демонстрировать: общеразвивающие упражнения: в положении стоя, сидя, лежа, стоя на четвереньках, с гимнастическими палками, дыхательные упражнения.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование тем	Кол- во часов
	Упражнение на ориентировку в пространстве.	
1	Различные виды ходьбы: тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.	1
2	Движения на развитие пространственной ориентации: построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	1
3	Движение в пространстве: игра «Воротики».	1
4	Игровой стрейчинг: «Утро в лесу».	1
5	«Азбука танца»: знакомство с танцевальными движениями.	1
6	Знакомство с элементами танцевальной разминки: выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение.	1
7	Разучивание и отработка элементов танцевальной разминки.	1
8	Игровой стрейчинг: «Поход в зоопарк».	1
9	Музыкальная игра «Волк и козлята».	1
	Ритмико-гимнастические упражнения.	
10	Работа над элементами гимнастической разминки.	1
11	Танцевальные шаги и движение в образах животных и птиц.	1
12	Танцевальные шаги и движение в образах животных и птиц.	1
13	Музыкальная импровизация: «Создай образ».	1
14	Музыкальная игра: «Ритмическое эхо».	1
15	Упражнение на координацию движений и расслабление мышц.	1
16	Знакомство с танцем: «Хлопки».	1
17	Разучивание танца: «Хлопки».	1
18	Обработка и закрепление танца: «Хлопки».	1
	Игры под музыку.	
19	Движение на развитие пространственной ориентации.	1
20	Работа над элементами танцевальной разминки: переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперёд.	1
21	Знакомство с танцем: «Веселые утята».	1
22	Разучивание танца: «Веселые утята».	1
23	Закрепление танца: «Веселые утята».	1
24	Инсценировка сказки «Колобок» с элементами игрового стрейчинга.	1
25	Пластический этюд-импровизация «Воздушные шары».	1
26	Игровой стрейчинг: «Поход в цирк».	1
27	Инсценирование песни «Я на скрипочке играю».	1
28	Музыкальная игра: «Займи стул».	1
	Танцевальные упражнения.	
29	Разучивание танцевальных элементов русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг.	1
30	Знакомство с танцем: «Русский хоровод».	1
31	Разучивание танца «Русский хоровод».	1
32	Закрепление танца «Русский хоровод».	1
33	Музыкальная игра: «Жираф».	1
34	Музыкальная игра: «Слоник».	1