

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение основная  
общеобразовательная школа №3

СОГЛАСОВАНО

Методическим объединением

учителей спортивно-эстетического цикла

« 30 » 08 2018г.

РАССМОТРЕНО

педагогическим советом

протокол № 1

« 31 » 08 2018 г.



Рабочая программа

по предмету

« Ритмика»

составлена на основе адаптированной основной  
общеобразовательной программы общего начального образования  
за курс 1 класса ( НОДА вариант 6. 2 ) для обучающихся с умственной отсталостью

(1 интегрированный класс)

составитель программы

учитель музыки

первой квалификационной категории

Якименко Жанна Николаевна

Г. Советск 2018 г.

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение основная  
общеобразовательная школа №3**

СОГЛАСОВАНО

Методическим объединением  
учителей спортивно-эстетического цикла  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018г.

РАССМОТРЕНО

педагогическим советом  
протокол № \_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказ № \_\_ от \_\_ 2018г

Рабочая программа

по предмету

« Ритмика»

составлена на основе адаптированной основной  
общеобразовательной программы общего начального образования  
за курс 1 класса ( НОДА вариант 6. 2 ) для обучающихся с умственной отсталостью

(1 интегрированный класс)

составитель программы

учитель музыки

первой квалификационной категории

Якименко Жанна Николаевна

Г. Советск 2018 г.

## **Содержание программы:**

1. Пояснительная записка \_\_\_\_\_ с.2
- 1.1 Возможные результаты \_\_\_\_\_ с.3
- 1.2. Критерии оценки достижения возможных результатов\_с.4
2. Учебный план \_\_\_\_\_ с.5
3. Календарно-тематический план \_\_\_\_\_ с.6
4. Образовательные ресурсы \_\_\_\_\_ с.8

## **1. Пояснительная записка**

Настоящая программа для 1 класса составлена на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 1-4 классы, (допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации) под редакцией В.В. Воронковой, авторы В.М. Белов, В.С. Кувшинов, В.М. Мозговой, Москва, «Просвещение», 2015г.

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения предмета «Ритмика», который определен стандартом.

Структурно и содержательно программа для 1 класса рассчитана на 33 часа в год, по 1 часу в неделю.

Рабочая учебная программа предназначена для обучающихся 1 класса специальном коррекционном классе для умственно отсталых детей.

Срок реализации настоящей программы по предмету «Ритмика» - 1 учебный год.

Соответствие Государственному образовательному стандарту: рабочая программа по предмету «Ритмика» детализирует и раскрывает содержание ФГОС начального общего образования в образовательной области «Физическая культура», проекта ФГОС для ОВЗ (вариант С) в образовательной области «Физическая культура», определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета, в соответствии с целями изучения предмета «Ритмика».

**Преподавание ритмики в коррекционном классе** обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ритмика оказывает положительное влияние на психофизиологические процессы, познавательную, эмоционально-волевою сферы ребенка, обеспечивает коррекцию психомоторики детей данной категории.

### **Цель программы:**

Воспитание гармонично-развитой личности средствами музыкально-ритмической деятельности, осуществление коррекции отклонений у детей.

### **Задачи:**

Формировать понятия о некоторых музыкальных терминах (ритм, темп, характер музыки).

Знакомить с разнообразием движений, разучивать различные движения, танцы, музыкально-ритмические игры, упражнения.

Развивать музыкально-двигательные навыки и умения.

Развивать познавательный интерес, творческую активность, воображение и фантазию у детей, их умение самостоятельно отражать свои впечатления от музыки.

Развивать коммуникативные навыки.

Воспитывать у детей правильное отношение к окружающему миру.

Воспитывать положительные качества личности (дружелюбие, дисциплинированность, коллективизм)

Осуществлять средствами музыкально-ритмической деятельности коррекцию познавательной, эмоционально-волевой, моторной, личностной сфер обучающегося.

Основополагающие принципы:

- учет индивидуальных особенностей каждого ученика (морфофункциональное развитие, состояние сохранных функций, медицинские противопоказания, состояние двигательных функций и координационных способностей, уровень физической подготовленности, способность к обучению движениям, отношение к занятиям ритмическими упражнениями: интересы, мотивы);
- адекватность средств, методов и методических приемов обучения двигательным действиям, развитие физических качеств, коррекция психомоторных нарушений и оптимизация нагрузки, сообщение новых знаний;
- эмоциональность занятий (музыка, игровые методы, нетрадиционное оборудование и пр.);
- создание условий для реального выполнения заданий, оказание помощи, обеспечение безопасности;
- поощрение, одобрение, похвала за малейшие успехи;
- контроль за динамикой результатов учебно-познавательного процесса и функциональным состоянием занимающихся.

К психологическим принципам относятся:

- создание комфортного психологического климата на уроках (позитивный настрой, положительная мотивация, поддержание эмоций и ощущений радости, бодрости, оптимизма, комфорта), влияющего на проявление и развитие своего «Я»;
- сплоченность группы (постановка общей цели, объединение общими интересами, взаимопомощь, взаимопонимание, симпатия, эмпатия, ролевые функции);
- стиль общения (равный статус, доброжелательность, доверие, авторитет и личный пример учителя, его открытость, выраженное внимание к каждому ученику);
- примирительные акты в случае конфликтов (исключение ощущений дискомфорта,

неуверенности, агрессии, враждебности, гнева, которые могут наступить вследствие неустойчивого психического самочувствия, перенапряжения, боли, неудачи, вербальных или невербальных разногласий, эмоционального неудовлетворения, отсутствия внимания и др.), концентрация внимания обучающихся на положительном, позитивном, переориентировка внимания на саморегуляцию, самоконтроль, установление равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения.

Педагогические приемы, направленные на развитие интеллектуальной деятельности: название движений, запоминание комбинаций движений по темпу, объему, усилию, плавности. На уроках широко применяются упражнения, которые требуют четкой дозировки силовых, временных и пространственных компонентов движений.

На всех уроках предпринимаются меры для предупреждения несчастных случаев, проводится инструктаж по Технике безопасности.

Чтобы обучающиеся усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Упражнения, подвижные игры, игры с элементами спорта, подбираются таким образом, чтобы они состояли из простых элементарных движений. Характерной особенностью обучающихся с умственной отсталостью является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Попадая в непривычную для них обстановку, обучающиеся не могут воспроизвести даже хорошо знакомые ритмические упражнения. Поэтому при планировании уроков необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

Поскольку обучающиеся этой категории с большим трудом воспринимают словесную инструкцию, даже в сочетании с показом, для усвоения ими упражнений требуется дозированная помощь педагога.

Обучение предмету «Ритмика» тесно связано с решением задач нравственного, умственного, речевого, трудового, эстетического и физического воспитания обучающихся.

Одним из ведущих требований к проведению уроков ритмики в начальных классах является широкое использование дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся.

Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход.

## **1.1 Возможные результаты**

Основные требования к умениям учащихся

**Учащиеся должны уметь:**

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;

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.

## 1.2. Критерии оценки достижения возможных результатов

<b>I уровень (высокий)</b>	Самостоятельно выполняют упражнения, умело пользуются приёмами, выполняют правильную последовательность при выполнении упражнений. Умеют пользоваться навыками на практике.
<b>II уровень (средний)</b>	Выполняют упражнения в целом соответствующей с высоким уровнем, но 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.
<b>III уровень (ниже среднего)</b>	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.

## 2.Учебный план

Предмет	Класс	Кол-во часов в нед.	I триместр	II триместр	III триместр	Год
ритмика	1 НОДА	1	10	11	12	33

### 3.Календарно-тематическое планирование 1 класс ритмика для детей с уо

№ урока по порядку	ТЕМА УРОКОВ	Количество часов, отводимых на изучение темы	Дата проведения	План	Фактически
1.	Введение. Что такое ритмика.	1			
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1			
3.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1			
4.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1			
5.	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	1			
6.	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	1			
7.	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	1			
8.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1			
9.	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	1			
10.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1			
11.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1			
12.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1			
13.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1			
14.	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1			

15.	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1			
16.	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1			
17.	Упражнения для суставов. Разминка «Бурагино».	1			
18.	Упражнения на расслабление мышц.	1			
19.	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1			
20.	Музыкальные, танцевальные темы.	1			
21.	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	1			
22.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1			
23.	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1			
24.	Правила танцевального этикета.	1			
25.	Аэробика.	1			
26.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1			
27.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1			
28.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1			
29.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1			
30.	Ритмические упражнения.	1			
31.	Гимнастика Parter.	1			
32.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1			
33.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1			

#### 4. Образовательные ресурсы

Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СП. 2003.

1. Андриющенко Н. В.Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия. — СПб.: Речь, 2010.
2. Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.Спб ЦДК. 2011.
3. Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А., Соколова Н. Д. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. — СПб.: КАРО, 2007.
4. Горская и. Ю. Координационные способности школьников с нарушением интеллекта. Учебное пособие / И. Ю. Горская, Т. В. Синельникова.- Омск, Сиб ГАФК, 1999
5. Григорьев Д. В.Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005.
6. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений/ А. А. Дмитриев.- М.: Академия, 2002
7. Евсеев С.ТТ., Шапкова Л. В.Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2000.
8. Забрамная С. Д., Исаева Т. Н.Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009. — № 1. — С. 49-53.
9. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/ Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002
10. Музыкальная гимнастика для пальчиков / Сост. М. Ковалевская, худ. А. Веселов. — СПб.: Союз художников, 2007.
11. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажноковой. — М.: ВЛАДОС, 2010.
12. Основные направления и содержание обучения детей и подростком с особыми образовательными потребностями в ЛПЦ г. Пскова / Под ред. С. В. Андреевой. — Псков, 2000.