

Министерство Просвещения Российской Федерации
Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет Администрации Новичихинского района по образованию
Лобанихинский филиал МКОУ «Поломошенская СОШ»

«РАССМОТРЕНО»

На заседании ШМО
учителей гуманитарного цикла
Руководитель МО
 Стукалова Л.П.
Протокол № 1
от «28» августа 2024 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор  /Фонакова Т.Н.
Приказ № 6
от «29» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Учебного курса «Ритмика»
для обучающихся 6 класса с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями, вариант 1)
на 2024-2025 учебный год

Составитель: Вополова Кристина Николаевна
учитель физической культуры, ОБЗР и труда

Лобаниха 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного курса «Ритмика» подготовлена на основе ФГОС ООО, Концепции преподавания русского языка и литературы в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 9 апреля 2016 г № 637-р), Приказа министерства образования Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. N1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью с интеллектуальными нарушениями»; федеральной рабочей программы воспитания, с учётом распределённых по классам проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Программа учебного курса «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 и адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1, с учетом реализации особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА

Ритмика относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана.

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Ритмика» с такими предметами, как «Музыка», «Природоведение», «Физическая культура». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные

постановки удобно использовать при проведении мероприятий. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

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

Основные направления работы по ритмике:

упражнения на ориентировку в пространстве;

ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами;

игры под музыку;

танцевальные упражнения.

Задачи обучения:

развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;

обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;

расширение кругозора обучающихся через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;

создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;

формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;

коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы

Цель коррекционного курса - развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

совершенствование умения слушать музыку;

овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);

совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;

коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;

развитие координации движений, чувства ритма, темпа;

выполнение под музыку различных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением и пением;

- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- развитие мышечной памяти, творческого воображения, мышления;
- развитие эстетического вкуса, эмоционального и физического благополучия обучающегося;
- совершенствование навыков участия в коллективной творческой деятельности.

МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

в 6 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа (34 учебные недели) и составляет 1 час в неделю;

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность обучающихся с нарушениями интеллекта. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

- совершенствование движений и сенсомоторного развития (развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики);
- коррекция отдельных сторон психической деятельности (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);
- развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);
- развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);
- коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирования умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);
- развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоcontrastных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

персональная идентичность

- осмысление роли обучающегося в образовательном учреждении;
- умение вступать в контакт и работать в коллективе, используя принятые ритуалы социального взаимодействия (учитель - ученик, ученик – ученик, ученики);
- активизация самостоятельности в выполнении заданий, поручений, договоренностей;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Предметные:

Минимальный уровень:

Должны:

- выполнять несложные упражнения под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках ритмики и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении команд;

- иметь представления о двигательных действиях;
- выполнять подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- выполнять ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями;
- участвовать в музыкальных играх под руководством учителя;
- выполнять ритмические комбинации движений на уровне возможностей обучающихся;
- понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);
- уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.

Достаточный уровень

Должны:

- выполнять ритмические комбинации на максимально высоком уровне;
- иметь представления о выразительных средствах музыки;
- уметь характеризовать музыкальное произведение; согласовывать музыку и движение; самостоятельно выполнять комплексы упражнений;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- выполнять игровые и плясовые движения, передавая в них различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
6 КЛАСС**

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практическ ие работы	
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	4	0	0	https://resh.edu.ru/subject/37/
2	Ритмико - гимнастические упражнения	14	0	0	https://resh.edu.ru/subject/37/
	Координация движений, регулируемых музыкой	3			https://resh.edu.ru/subject/37/
3	ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ	6	0	0	https://resh.edu.ru/subject/37/
4	ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ	7	0	0	https://resh.edu.ru/subject/37/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
6 КЛАСС**

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изуче ния	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контрол ьные работы	Практич еские работы		
1	Упражнения на ориентирование в пространстве.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
4	Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
5	Ритмико-гимнастические общеразвиваю https://resh.edu.ru/subject/37/ щие упражнения. Движения головы и туловища	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
6	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/

	плеч					
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы	1	0	0		
8	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
9	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
10	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Махи руками и прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
11	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
12	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
13	Ритмико-гимнастические общеразвивающие	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/

	упражнения. Сочетания движений ног.					
14	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.	1	0	0		
15	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
16	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
17	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. РК	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
18	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя	1	0	0		
19	Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино	1	0	0		
20	Координационные движения, регулируемые	1	0	0		

	музыкой. Движения пальцев рук, кистей.					
21	Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
22	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
23	Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
24	Игры под музыку. Начало движения.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
25	Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
26	Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
27	Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
28	Танцевальные упражнения. Галоп	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
29	Танцевальные упражнения. Круговой галоп	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
30	Танцевальные упражнения.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/ https://resh.edu.ru/subject/37/

	Присяжка					bject/37/
31	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
32	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
33	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
34	Изучение базовых движений аэробики; термины, определяющие характер музыки. Все упражнения делаются только с правой или только с левой.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/37/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- И.Г. Лопухина. Речь, Ритм, Движение, С-П изд-во «Дельта»
- М.А Косицина, И.Г. Бородина Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.; Изд-во «Гном» и Д.
- Научно-методический журнал «Коррекционная педагогика: теория и практика» № 2(32), Евтушенко Е.В. «Системный подход к организации работы по музыкальному воспитанию умственно отсталых учащихся».
- Элементарное музыкальное воспитание по системе Карла Орфа /Под ред. Л.А.Барейбойма. - М.
- Бгажнокова И.М. Психология умственно отсталого школьника. М.
- Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе /Под ред. В.В. Воронковой. М.
- учебно-методический комплект (учебное пособие, методическое пособие для учителя, нотные хрестоматии для слушания музыки, хорового исполнительства, коллективного инструментального исполнительства);

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР) по предмету «Музыка».–Режим доступа: <http://www.school-collection.edu.ru/>

<https://resh.edu.ru/subject/37/>

