Краевое государственное казенное общеобразовательное учреждение, реализующее адаптированные основные образовательные программы «Школа-интернат № 11»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Коррекционно-развивающая область «Ритмика»

Уровень образования: 3 класс

Разработала учитель физической культуры: Досолюк Елена Вячеславовна

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

Программа разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с нарушением интеллекта начального образования 1 – 4 класс (вариант 1)

р.п. Ванино

2024 г*.*

**1. Пояснительная записка**

Рабочая программа коррекционно – развивающая область Ритмика для 3 класса разработана в соответствии со следующими документами:

Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с нарушением интеллекта далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026

Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с нарушением интеллекта начального образования 1 – 4 класс (вариант 1) КГКОУ ШИ 11

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.);

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 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»

Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с нарушением интеллекта»

Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с нарушением интеллекта (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» реализуется в 3 классе.

Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» рассчитана: в 3 классе на 34 часа, 1 час в неделю.

**Цель** коррекция недостатков психического и физического развития умственно отсталых школьников средствами музыкально - ритмической деятельности.

**Задачи:**

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

- обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;

- расширение кругозора школьников 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.

Решение поставленных задач имеет большое значение для коррекции недостатков психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, их познавательных возможностей и интересов.

**2. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика».**

**Предметные результаты:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Минимальный уровень** | **Достаточный уровень** |
| - узнавать знакомые мелодии и эмоционально реагировать на них;  - двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;  - выполнять с помощью взрослого несложные движения под музыку: шагать, бегать, прыгать, притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук, выполнять движения с предметами (платком, погремушкой, флажком, мячиком и.т.д.). | - развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;  - замечать изменения в звучании (тихо-громко, быстро-медленно);  - выполнять легко и выразительно танцевальные движения, ориентироваться в пространстве, кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (платочками, листьями, флажками и т.д.);  - двигаться в соответствии двухчастной форме музыки и силе её звучания, реагировать на начало и окончание музыки;  - выразительно и эмоционально передавать игровые и сказочные образы героев (медведя, кошки, мышки, зайца и т.д.);  - выполнять несложный ритмический рисунок на детских музыкальных инструментах. |

**Личностные результаты:**

* осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
* развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
* овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
* способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
* принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
* развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
* формирование эстетических потребностей и чувств;
* развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* -формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**3. Содержание коррекционного курса "Ритмика"**

Программа по ритмике состоит из пяти разделов:

* «Упражнения на ориентировку в пространстве»,
* «Ритмико-гимнастические упражнения»,
* «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»,
* «Игры под музыку»,
* «Танцевальные упражнения».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Содержание** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | Ходьба разным шагом. Чередование видов ходьбы. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три круга. Перестроение из одного круга в концентрические круги. Выполнение движений с предметами. |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | *Общеразвивающие упражнения*  Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях. Поднимание на носках и приседание. Упражнения на выработку осанки.  *Упражнения на координацию движений*  Одновременные движения рук и ног. Круговые движения   ног и рук. Упражнения   с предметами. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.  *Упражнения на расслабление мышц*  Напряжение и расслабление мышцы рук, пальцев, плеча. Перенесение тяжести тела. |
| 3 | **Координация движений, регулируемых музыкой** | Упражнение с барабанными палочками. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. |
| 4 | **Игры под музыку** | Передача в движениях частей музыкального произведения. Передача в движении динамического нарастания в музыке. Ускорение и замедление темпа движений. Широкий, высокий бег; элементы движений и танца. Передаче игровых образов. Смена ролей в импровизации. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | Элементы хороводного танца. Шаг на носках. Шаг польки. Сильные поскоки, боковой галоп. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Элементы русской пляски. Основные движения народных танцев. |

**4. Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№*** | **Раздел /тема** | ***Кол-во часов*** |
| 1 | «Упражнения на ориентировку в пространстве | 6 ч |
| Строевые упражнения, игры и упражнения на развитие ориентировки в пространстве | | |
| 2 | «Ритмико-гимнастические упражнения» | 6 ч |
| 3 | «Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами» | 6 ч |
| ОРУ с предметами, ОРУ с детскими музыкальными инструментами  Общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц | | |
| 4 | «Игры под музыку» | 6 ч |
| Игры, сюжетно-игровые занятия | | |
| 5 | «Танцевальные упражнения». | 10 ч |
| Итого: | | 34 ч |

**5. Формы организации учебных занят**

**-** музыкально-ритмическая деятельность, которая включает в себя ритмику с элементами лечебной физкультуры, творческие задания на реализацию определённых музыкальных образов, танцевальных упражнений и композиций (тематические занятия, сюжетные занятия, игровые занятия, импровизация.)

* Тематические занятия
* Сюжетное занятие
* Игровые занятия
* Урок - импровизация,
* музыкально- дидактические игры имеют коррекционную направленность, упражнения носят игровую форму.
* вокальная деятельность, представленная детским фольклором, ролевыми песнями, играми, вокально-артикуляционной гимнастикой, вокальными играми, упражнениями.

**Календарно - тематическое планирование**

**1 четверть 8 ч**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Кол-во ч-ов** | **Оборудование** | **Дата** |
| **Упражнения на ориентировку в пространстве** | | | | |
| 1. | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом. | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| 2. | Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) |  |
| 3. | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три. | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Шведская стенка металлическая (6-7 мин) |  |
| **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** | | | | |
| 4 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| 5 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** | | | | |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) |  |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Круговые движения ног и рук. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** | | | | |
| 8 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча. | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин) |  |

**2 четверть 8 ч**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Кол-во ч-ов** | **Оборудование** | **Дата** |
| **Игры под музыку** | | | | |
| 9 | Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| 10 | Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| **Танцевальные упражнения** | | | | |
| 11 | Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Шведская стенка металлическая (6-7 мин) |  |
| 12 | Танцевальные упражнения. Шаг на носках | 1 | Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| 13 | Танцевальные упражнения. Шаг польки. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин). |  |
| **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | |
| 14 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) с мячом. |  |
| 15 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | |
| 16 | Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками. | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |

**3 четверть 11**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Кол-во ч-ов** | **Оборудование** | **Дата** |
| **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) с мячом. |  |
| **Ритмико-гимнастические** **общеразвивающие упражнения** | | | | |
| 18 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин) |  |
| 19 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** | | | | |
| 20 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) с мячом. |  |
| 21 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** | | | | |
| 22 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин) |  |
| **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | |
| 23 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| 24 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Шведская стенка металлическая (6-7 мин) |  |
| **Игры под музыку** | | | | |
| 25 | Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) с мячом. |  |
| 26 | Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца | 1 | Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| 27 | Игры под музыку. Передача игровых образов. | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |

**4 четверть 7 ч**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Кол-во ч-ов** | **Оборудование** | **Дата** |
| **Танцевальные упражнения** | | | | |
| 28 | Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) с мячом. |  |
| 29 | Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки. | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| 30 | Танцевальные упражнения Элементы русской пляски | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) с мячом. |  |
| 31 | Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| **Игры под музыку** | | | | |
| 32 | Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| 33 | Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин).  Шведская стенка металлическая (6-7 мин) |  |
| 34 | Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением | 1 | Тренажер – балансировочная платформа (3 -4 мин) с мячом.  Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
|  | **ИТОГО** | **34** |  |  |

**Литература:**

1. С.И Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина «Музыка и движение» (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет) Москва. Просвещение 1984 г.
2. М.Ю. Гоголева «Логоритмика в детском саду» Ярославль . Академия развития 2006 год.
3. Н.В. Полевая, Л.В. Перминова – «Комплекс коррекционно-музыкальных занятий «Дружная семейка» Санкт-Петербург. Детство-пресс. 2010 год.
4. Л.Буцкиев «Подвижные игры под музыку». 1987 год.
5. М.Ю. Картушина «Логоритмика для малышей» Творческий центр «Сфера» Москва 2005год.7.М.А. Касицина, И.Г, Бородина «Коррекционная ритмика» Москва 2005 год.
6. М.И. Чистякова. Психогимнастика Москва 1995 год.
7. Е.А. Медведевой (под редакцией) «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва 2002 год.
8. Е.А. Пожиленко «Артикуляционная гимнастика» Санкт-Петербург 2006 год.

**Технические средства обучения**

*Оборудование «ДОБРОШКОЛА»*

* Ноутбук, страна происхождения товара, страна происхождения товара: Российская Федерация
* музыкальный центр;
* Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями, страна происхождения товара: Российская Федерация
* Детская полоса препятствия "Лабиринт", страна происхождения товара: Российская Федерация
* Спортивное полотно "Гусеница", страна происхождения товара: Российская Федерация
* Зеркало травмобезопасное, страна происхождения товара: Российская Федерация
* Шведская стенка металлическая, страна происхождения товара: Российская Федерация
* Сетка-ворота, страна происхождения товара: Российская Федерация
* Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт", страна происхождения товара: Российская Федерация
* Велотренажер "МиниВирус", страна происхождения товара: Китайская Народная Республика
* Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT", страна происхождения товара: Китайская Народная Республика
* Тренажер – балансировочная платформа BOSU Balance Trainer NexGen ТМ 350014 / 72-10850-PNGQ, страна происхождения товара: Соединенные Штаты Америки