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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Коррекционно-развивающая область «Ритмика»

Уровень образования: 4 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 4 класса разработана в соответствии со следующими документами:

Федеральный закон от 28 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026 «Об утверждении Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с нарушением интеллекта».

Адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся с нарушением интеллекта для 1–4 классов КГКОУ ШИ 11, Ванино Хабаровского края.

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления обучающихся и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28 (зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573), действующим до 1 января 2027 г.

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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"

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 4 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 3.3686–21 «Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней».

Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» рассчитана: в 4 классе на 34 часа, 1 час в неделю.

***Цель курса:*** развитие двигательной активности ребенка с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) в процессе восприятия музыки.

***Задачи курса:***

• Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях

• Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.

• Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).

• Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой мотрики, пространственной ориентировки;

• Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.

• Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.

• Развивать координацию движений.

• Развивать умение слушать музыку.

• Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.

• Развивать творческие способности личности.

• Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

дисциплин.

**2. Планируемые предметные и личностные результаты освоения курса.**

**Предметные**результаты освоения предмета «Ритмика» включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для данной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с умственной отсталостью не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

|  |  |
| --- | --- |
| **Минимальный уровень:** | **Достаточный уровень:** |
| * уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; * различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; * отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; * различать основные характерные движения некоторых народных танцев. | * знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений; * уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг; * знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций; * уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах. |

**Личностные результаты:**

Личностные результаты освоения предмета коррекционной области адаптированной рабочей программы «Ритмика» включают:

* сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно- познавательные и внешние мотивы;
* любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки;
* умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

**3. Содержание коррекционного курса «Ритмика»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Содержание** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | Перестроение в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в круги. Перестроение из кругов в звездочки и карусели. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против. |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | *Общеразвивающие упражнения*  Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки.  *Упражнения на координацию движений*  Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы*.*Упражнения под музыку.Самостоятельное составление ритмических рисунков.Сочетание хлопков и притопов с предметами.  *Упражнения на расслабление мышц*  Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя. |
| 3 | **Координация движений, регулируемых музыкой** | Упражнения на детском пианино. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике. |
| 4 | **Игры под музыку** | Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | Галоп. Элементы русской пляски. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бег Поскоки с продвижением. Элементы народных танцев. |

**4. Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Кол-во ч-ов** |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве | **6 ч** |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения | **12 ч** |
| 3 | Координация движений, регулируемых музыкой | **3 ч** |
| 4 | Игры под музыку | **6 ч** |
| 5 | Танцевальные упражнения | **7 ч** |

**5. Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии.**

Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

* Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
* Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
* Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
* Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
* Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

* ритмопластика и ритмическая гимнастика;
* логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
* психогимнастика под музыку;
* корригирующие игры с пением;
* коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
* коммуникативные танцы;
* хореографические этюды с предметами и без предметов;
* элементы музицирования;
* импровизация;
* ритмический диктант;

**6. Система оценки результатов**

Оценка достижений предметных результатов по **практической составляющей**производится путем фиксации фактической способности к выполнению учебного действия, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

1– не выполняет, помощь не принимает.

2– выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.

3– выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.

1– выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.

2– выполняет самостоятельно по словесной по операциональной инструкции. 3– выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Кол-во ч-ов** | **Оборудование** | **Дата** |
| **1 четверть 8 ч** | | | | |
| **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| 2 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение в шахматном порядке | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) |  |
| 3 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Шведская стенка металлическая (6-7 мин) |  |
| **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** | | | | |
| 4 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища | 1 | Тренажер – балансировочная платформа (5 мин) с мячом.  Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| 5 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** | | | | |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) |  |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку. | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** | | | | |
| 8 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| **2 четверть 8 ч** | | | | |
| **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | | | | |
| 9 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| **Игры под музыку** | | | |  |
| 10 | Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями –(разминка 3-5 мин). |  |
| 11 | Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин) |  |
| **Танцевальные упражнения** | | | |  |
| 12 | Танцевальные упражнения. Галоп | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| 13 | Танцевальные упражнения. Круговой галоп | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) с мячом. |  |
| 14 | Танцевальные упражнения. Присядка | 1 | Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (4 мин) |  |
| 15 | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски. | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | |
| 16 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| **3 четверть 11 ч** | | | | |
| **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели | 1 | Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| 18 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин). |  |
| 19 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** | | | | |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) |  |
| 21 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин) |  |
| 22 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног. | 1 | Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| 23 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин). |  |
| **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** | | | | |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) с мячом |  |
| **Игры под музыку** | | | | |
| 26 | Игры под музыку. Начало движения. | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин) |  |
| 27 | Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| **4 четверть 7 ч** | | | | |
| **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | |
| 28 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике. | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт" (5-6 мин) |  |
| **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** | | | | |
| 29 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 - 4 мин) |  |
| **Танцевальные упражнения** | | | | |
| 30 | Танцевальные упражнения. Шаг кадрили | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Спортивное полотно "Гусеница" (игра) |  |
| 31 | Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением | 1 | Шведская стенка металлическая (6-7 мин)  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| 32 | Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Комплекс нейрофитнеса "Нейростарт"  (5-6 мин) |  |
| **Игры под музыку** | | | | |
| 33 | Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций. | 1 | Велотренажер "МиниВирус"  Велотренажер "SVENSSON BODY LABS HEAVY G RECUMBENT (разминка 5 мин)  Тренажер – балансировочная платформа (3 мин) |  |
| 34 | Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением. | 1 | Беговая дорожка В2 с регулируемыми поручнями – (разминка 3-5 мин).  Детская полоса препятствия "Лабиринт" (игра) |  |
| **ИТОГО ПО КУРСУ:** | | **34 часа** | |  |

**Учебно-методический материал:**

1. Программы для подготовительного, 1 – 4 классов специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой. М.: Просвещение, 2009.
2. Бгажнокова, И.М. Программа для коррекционных образовательных школ 8 вида 0-4 классов. - М.: Просвещение, 2011.
3. М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - М., 2001.
4. М.А Касицина, И.Г. Бородина Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.: Изд-во «Гном» и Д, 2007.

**Материально-техническое обеспечение:**

*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