

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Партизанская средняя общеобразовательная школа имени П.П. Петрова».

<p>РАССМОТРЕНО: на заседании ШМО Протокол № 1 от « 27» 08. 2024г Руководитель ШМО <u>Ведгун Т.Г.</u> /Ведгун. Т.Г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО: заместитель директора по УВР <u>Иванова Е.А.</u> /Иванова Е.А. «28» 08. 2024г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО: приказом и.о. директора МБОУ Партизанская СОШ <u>Морковкина Н.В.</u> /Морковкина.Н. В. № 01.04.1 – 172 от «30» 08. 2024 г.</p> 
--	--	---

**Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для  
обучающихся с легкой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)  
для 3 класса**

Учитель: Кузнецова Алла Валерьевна

2024-2025 учебный год

## **I. Пояснительная записка**

Преподавание ритмики в образовательном учреждении для детей с интеллектуальными нарушениями обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития средствами музыкально-ритмической деятельности.

Важнейшие задачи образования обучающихся с умственной отсталостью: формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности (нравственное, эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное и физическое) в соответствии с принятыми в семье и обществе нравственными и социокультурными ценностями, овладение учебной деятельностью реализуются в процессе обучения всем предметам.

Однако каждый из них имеет свою специфику.

Особое значение ритмики для учащихся существует для исправления недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитание положительных качеств личности.

Таким образом, ритмика является эффективным средством развития личности школьника.

Для достижения поставленной цели выделяются следующие основные задачи:

- научить выполнять под музыку различные движения, петь, танцевать;
- научить слушать музыку.
- играть на простейших музыкальных инструментах.

### **II. Общая характеристика учебного предмета**

Данная рабочая адаптированная общеобразовательная программа по предмету «ритмика» для обучающихся с нарушениями интеллекта для 3 класса (далее-рабочая программа) составлена на 2024-2025г. на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с нарушениями интеллекта, МБОУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа им. П.П. Петрова»

Срок реализации программы – 1 год.

Программа по ритмике состоит из следующих разделов:

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

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел входят задания на выработку координационных движений.

Во время проведения игр под музыку формируется умение учащихся создавать музыкально-двигательный образ.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами начинаются с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулак, сцепление с напряжением и без напряжения.

Обучению школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать её характер, развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности.

#### **Контроль за усвоением знаний.**

#### **Критерии и нормы оценивания знаний, умений, навыков уч-ся.**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся. Успеваемость оценивается по пятибалльной системе.

Главным требованием при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков;
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата;
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение;
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения;
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию;
- как относится к урокам;
- каков его внешний вид; соблюдает ли дисциплину.

Последнее требование не влияет на итоговую оценку, но учитель должен напоминать об этом учащимся

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. Следовательно, оценка «5» выставляется за такое выполнение сразу. К мелким ошибкам в основном относятся неточность ориентирования в пространстве, нарушение ритма, неправильное исходное положение.

Значительные ошибки — это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- начало упражнений не из требуемого положения;
- долгая реакция на смену музыкальных фраз.
- несинхронность выполнения упражнения.

Оценка за такое выполнение «4», если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких; если их больше, то оценка «3».

Грубые ошибки — это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Оценка может быть «3», если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

### **III. Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Предмет «Ритмика» изучается в рамках коррекционно-развивающей области учебного плана МБОУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа им. П.П. Петрова» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в объёме: 1 час в неделю (34 часа в год).

Общий объём учебного времени составляет 34 часа.

### **IV. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

**Личностными** результатами учащихся являются:

- реализация физического потенциала в процессе коллективного (индивидуального) выполнения упражнений;
- позитивная самооценка своих возможностей;
- осознавать себя учеником, заинтересованным посещением школы, обучением;
- положительно относиться к окружающей действительности;
- самостоятельно выполнять учебные задания, поручения, договоренности;
- понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе.

**Предметными** результатами являются:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться;
- 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 непринужденно выполнять игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

## **V. Содержание учебного предмета**

### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Реагировать на начало и окончания звучания музыки. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Двигаться в быстром, медленном темпе.

### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Ритмично ходить под музыку.

*Упражнения на координацию движений.* Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

*Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

### **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.

Упражнения на детских музыкальных инструментах.

Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев. Собираться в круг в играх и хороводах.

#### **Танцы и пляски**

Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».

Парная пляска. Чешская народная мелодия.

Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.

Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку». Игры- « Бубен, погремушечка», « Паровоз», « Стукалка», «Гулять –отдыхать», «Флажок», «Покружились, поклонились», «Игра с матрешками».

## **VI. Тематическое планирование**

### **6.2. Календарно-тематический план уроков ритмики**

**3 класс**

**34 часа-1 часа в неделю**

Календарные сроки		Тема	Виды деятельности учащихся	Планируемые результаты	
план	факт			Освоение предметных знаний (базовые понятия)	БУД
		<p>1. Формирование умения двигаться в умеренном темпе</p> <p>2. Закрепление умения двигаться в умеренном темпе</p> <p>3. Формирование умения двигаться в быстром темпе</p> <p>4. Закрепление умения двигаться в быстром темпе</p> <p>5. Формирование умения двигаться со спокойным характером музыки</p> <p>6. Закрепление умения двигаться со спокойным характером музыки</p>	<p>1-10</p> <p>-слушать и понимать учителя.</p> <p>-выполнять ритмические рисунки.</p> <p>--двигаться в медленном и быстром темпе;</p> <p>-понимать характер музыки (марш, пляска).</p> <p>-слушать произведения разного характера.</p>	<p>Темп.</p> <p>Темп.</p> <p>Темп.</p> <p>Темп.</p> <p>Движение.</p> <p>Движение.</p>	<p>1-14</p> <p><i>Регулятивные:</i></p> <p>- входить и выходить из учебного помещения со звонком;</p> <p>- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);</p> <p>-уметь пользоваться учебной мебелью;</p> <p>- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;</p> <p>- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;</p>

		<p>7. Формирование умения двигаться с маршевым характером музыки</p> <p>8. . Закрепление умения двигаться с маршевым характером музыки</p> <p>9. . Формирование умения двигаться с плясовым характером музыки</p> <p>10. Закрепление умения двигаться с плясовым характером музыки</p> <p>11. Формирование умения реагировать на начало звучания музыки.</p> <p>12. Закрепление умения реагировать на начало звучания музыки</p> <p>13 Формирование умения реагировать на окончание звучания музыки</p>	<p>11-14</p> <p>-слушать и понимать учителя.</p> <p>-реагировать на начало и окончание музыки.</p> <p>-двигаться в темп.</p> <p>15-20</p> <p>-слушать и понимать учителя.</p> <p>-ритмично ходить под музыку.</p> <p>-хлопать в ладоши под музыку.</p> <p>-приседать под музыку.</p>	<p>Движение.</p> <p>Движение.</p> <p>Движение.</p> <p>Движение.</p> <p>Реакция.</p> <p>Реакция.</p>	<p><i>Познавательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;</li> <li>- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;</li> </ul> <p><i>Коммуникативные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- слушать и понимать речь других;</li> <li>- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик);</li> <li>- обращаться за помощью и принимать помощь;</li> </ul> <p>15-20</p> <p><i>Регулятивные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;</li> </ul>
--	--	---	--	---	--

		<p>14. Закрепление умения реагировать на окончание звучания музыки.</p> <p>15. Формирование умения менять движения в соответствии с изменением музыкального метроритма</p> <p>16. Закрепление умения менять движения в соответствии с изменением музыкального метроритма</p> <p>17. Формирование умения ритмично ходить под музыку</p> <p>18. Закрепление умения ритмично ходить под музыку</p> <p>19. Формирование умения хлопать в ладоши и одновременно полуприседать</p> <p>20. Закрепление умения хлопать в ладоши и</p>	<p>21-26</p> <p>-слушать и понимать учителя.</p> <p>- выполнять ритмические упражнения.</p> <p>- выполнять имитацию рукой поднимания платочка, флажка.</p> <p>-самостоятельно собираться в круг, хороводы.</p>	<p>Реакция.</p> <p>Реакция.</p> <p>Движение.</p> <p>Движение.</p> <p>Ходьба.</p> <p>Ходьба.</p> <p>Хлопать и приседать.</p>	<p><i>Познавательные:</i></p> <p>- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;</p> <p>- уметь читать, писать;</p> <p>- уметь наблюдать.</p> <p><i>Коммуникативные:</i></p> <p>- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик);</p> <p>21-27</p> <p><i>Регулятивные:</i></p> <p>-уметь пользоваться учебной мебелью;</p> <p>- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия действия одноклассников;</p> <p><i>Познавательные:</i></p> <p>- делать простейшие</p>
--	--	---	--	---	--

	<p>одновременно полуприседать</p> <p>21. Формирование умения покачиваться с ноги на ногу</p> <p>22. Закрепление умения покачиваться с ноги на ногу.</p> <p>23. Формирование умения поднимать платочки, флажки, помахивать ими</p> <p>24. Закрепление умения поднимать платочки, флажки, помахивать ими.</p> <p>25. Формирование умения собираться в круг в играх и хороводах.</p> <p>26. Закрепление умения собираться в круг в играх и хороводах.</p> <p>27. Разучивание игры «Бубен, погремушка», «Паровоз».</p>	<p>27-34</p> <p>-слушать и понимать учителя.</p> <p>-выполнять условия игры.</p> <p>-самостоятельно играть в игры.</p> <p>-узнавать игру по музыке.</p>	<p>Хлопать и приседать.</p> <p>Покачиваться.</p> <p>Покачиваться.</p> <p>Поднимать, помахивать.</p> <p>Поднимать, помахивать.</p> <p>Круг.</p> <p>Круг.</p>	<p>обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;</p> <p>- уметь наблюдать.</p> <p><i>Коммуникативные:</i></p> <p>- слушать и понимать речь других;</p> <p>- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик);</p> <p>28-34</p> <p><i>Регулятивные:</i></p> <p>- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);</p> <p>- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивными инвентарём) и уметь организовывать рабочее место;</p> <p>- принимать цели и произвольно включаться деятельность, следовать</p>
--	--	---	---	--

	<p>28. Отработка игры «Бубен, погремушка», «Паровоз».</p> <p>29. Разучивание игры «Стукалка», «Гулять - отдыхать»</p> <p>30. Отработка игры «Стукалка», «Гулять - отдыхать».</p> <p>31. Разучивание игры «Флажок» , «Упражнения с флажками»</p> <p>32. Отработка игры «Флажок» , «Упражнения с флажками»</p> <p>33. Разучивание игры «Покружились, поклонились», «Игра с матрешками».</p> <p>34 Отработка игры «Покружились, поклонились», «Игра с матрешками».</p>		<p>Игры.</p> <p>Игры.</p> <p>Игры.</p> <p>Игры.</p> <p>Игры.</p> <p>Игры.</p> <p>Игры.</p> <p>Игры.</p>	<p>предложенному плану и работать в общем темпе.</p> <p><i>Познавательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться знаками, символами, предметными заместителями;</li> <li>- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;</li> <li>- уметь наблюдать.</li> </ul> <p><i>Коммуникативные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- слушать и понимать речь других;</li> <li>- обращаться за помощью и принимать помощь;</li> <li>- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</li> <li>- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми</li> </ul>
--	---	--	---	--

--	--	--	--	--	--

**VIII. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса, осуществляемого по предмету «Ритмика»**

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с нарушением интеллекта МБОУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа им. П.П. Петрова»

2. Програма: А.А. Айдарбекова («Программа специальной (коррекционной) образовательной школы 8 вида. 1-4 классы» Москва Владос 2001г.

3. Учебно-методическое пособие А.Е. Чибрикова-Луговская «Ритмика». Москва Издательский «Дрофа» 1998г.

4. Учебно-методическое пособие С.И. Бекина «Музыка и движение». Москва «Просвещение» 1984г.

5. «Красноярский материк»Времена.Люди.Документы. (Эвенкийские пословицы).

6. Художественная культура Красноярья. Издательство Красноярского университета 1992г.

7. Масютенкова В, Мельник А., «Снегири» Красноярское книжное издательство 1991г (сборник танцев).

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование

Скамейки гимнастические

Обручи гимнастические

Набор для подвижных игр

Аптечка медицинская

Мячи

Оборудование полосы препятствий

Пришкольный стадион (площадка)

Гимнастический городок

Полоса препятствий