БОУ «Кугесьская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся

с ограниченными возможностями здоровья» Минобразования Чувашии

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | Рассмотрена  на заседании МО ППС НК    Протокол № \_\_от\_\_\_\_\_ 2023 г. | Утверждаю  Директор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /А.В. Ефимов/  Приказ №\_\_\_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_2023 г. | |  |

**Рабочая программа**

**по коррекционному курсу «Ритмика»**

**для обучающихся 1– 4 классов**

**с задержкой психического развития**

**на 2023–2024 учебный год**

Разработала:

Тюнтерова З.А.,

учитель начальных классов

п. Кугеси, 2023 г.

**Вступление**

Рабочая программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ОВЗ (вариант 7.2) в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, ФАОП НОО для обучающихся с ОВЗ.

***Общая цель*** занятий ритмикой заключается в развитии двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

В соответствии с обозначенными во ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ особыми образовательными потребностями определяются ***общие задачи коррекционного курса***:

* развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
* развитие выразительности движений и самовыражения;
* развитие мобильности;
* коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
* развитие общей и речевой моторики;
* развитие ориентировки в пространстве;
* формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

***Обозначенные задачи конкретизируются следующим образом:***

* развитие восприятия музыки в исполнении педагога и аудиозаписи для формирования умений различать и опознавать музыку по темпу, плавности и силе звучания;
* формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;
* овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая гимнастика, танец);
* овладение различными формами движения через выполнение их под музыку (ходьба, бег, танцевальные упражнения и др.);
* развитие физической выносливости и силы мышц всего тела;
* развитие чувства ритма и выразительности движений;
* эстетическое и эмоциональное развитие обучающихся с ЗПР через приобщение к музыке и танцам;
* коррекция познавательной сферы обучающихся с ЗПР и совершенствование регуляции поведения и деятельности.

Коррекционный курс ритмики должен включать базовые упражнения, предполагающие скоординированные движения в соответствии с темпом и ритмом музыки. Это позволит в дальнейшем обеспечивать речевое сопровождение движений, согласующихся с музыкой.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

В общей системе коррекционно-развивающей работы курс «Ритмика» позволяет проконтролировать наличие позитивных изменений по следующим параметрам: совершенствование двигательных умений и навыков, развитие эмоционально-волевой и познавательной сфер.

***В области формирования двигательных умений и навыков:***

– умение различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;

– умение соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;

– совершенствование координационных движений (быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласованность действий рук, ног, туловища и др.);

– умение выполнять простейшие построения и перестроения;

– умение ходить в шеренге и разными видами шага;

– овладение простейшими элементами танца;

– умение выразительно передавать различные игровые образы, придумывать варианты образных движений в играх;

– владеть техникой элементарной мышечной релаксации.

***В области развития эмоционально-личностной сферы и коррекции ее недостатков:***

– проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и во время участия в публичных выступлениях (концерты и праздники);

– умение выполнять задания взрослого и не подводить своих одноклассников, действовать в группе слаженно и сообща;

– умение управлять своими эмоциями в процессе взаимодействия со сверстниками;

– умение быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

***В области коррекции недостатков развития познавательной сферы и формирования высших психических функций:***

– расширение сферы жизненной компетенции за счет совершенствования ориентировки в пространстве, расширение знаний о танцах и танцевальных шагах, умении регулировать свое поведение на занятиях, концертах и праздниках;

– умение действовать по показу и по речевой инструкции при выполнении упражнений;

– умение контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них;

– умение анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное время под руководством взрослого и самостоятельно;

– умение адекватно оценивать собственные физические и творческие возможности;

– овладение индивидуальными комплексами упражнений лечебной и корригирующей гимнастики;

– умение оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

**ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

Изучение курса «Ритмика» тесно связано с изучением учебных предметов «Музыка», «Физическая культура», а также курсом «Психокоррекционные занятия». Его реализация связана с выполнением программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, направленной на поддержание физического и психологического здоровья обучающихся.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность определять содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

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

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Ритмико-гимнастические упражнения способствуют выработке у обучающихся с ЗПР необходимых музыкально-двигательных навыков. Необходимы задания на выработку координированных движений, основная цель которых - научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Во время проведения игр под музыку перед педагогом стоит задача научить детей создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен подобрать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (для подпрыгивания), «кошечка» (для мягкого шага), «мячик» (для подпрыгивания и бега) и т. п. Объясняя задание, желательно не подсказывать детям вид движения (надо говорить: «Будете двигаться как…», а не «Бегать», «Прыгать», «Шагать»).

Обучению детей с ЗПР 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. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего – с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения), движениями и речью (упражнения под проговаривание стихов). Музыка и танец позволяют обобщить умения и навыки, полученные при изучении первых двух разделов.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с ЗПР.

Обозначены следующие разделы: «Музыка и движение» (основные упражнения и основные упражнения в парах), «Движения и речь», «Музыка и танец».

«Музыка и движение» (основные упражнения) является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп. В первой четверти 1 класса детей желательно научить двигаться в темпе музыки, помочь им овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, упражнения на расслабления мышц и др.

Раздел «Движение и речь» направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. В этот период обучения важно закреплять умения детей выполнять движения под музыку, поэтому обязательно осуществляется повторение пройденного в первой четверти и проводятся игры под музыку.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Обучающиеся повторяют уже изученные и осваивают новые: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

Продолжается изучение раздела «Музыка и движение», где основные упражнения осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и построиться назад в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

Раздел «Музыка и танец». Сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы и пляски. К концу учебного года дети обычно выучивают комплекс общеразвивающих упражнений, могут выполнять его под контролем взрослого. Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп.

**Тематическое планирование по ритмике**

**для обучающихся 1 класса с ЗПР**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Всего** |
| **Раздел 1 Ритмико-гимнастические упражнения** | |  |
| 1 | Вводный | 1 неделя |
| 2 | Разновидности ходьбы | 2 неделя |
| 3 | Танцевальный шаг на полупальцах | 3 неделя |
| 4 | Перестроения | 4 неделя |
| 5 | Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме | 5 неделя |
| 6 | Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку | 6 неделя |
| 7 | Упражнение с препятствиями и на координацию движений | 7 неделя |
| 8 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 8 неделя |
| 9 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 9 неделя |
| **Раздел 2 Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами** | | |
| 10 | Вводный | 10 неделя |
| 11 | Упражнения на внимание | 11 неделя |
| 12 | Упражнение на расслабление мышц | 12 неделя |
| 13 | Упражнение на координацию движений | 13 неделя |
| 14 | Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы | 14 неделя |
| 15 | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности | 15 неделя |
| 16 | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности | 16 неделя |
| **Раздел 3 Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку** | | |
| 17 | Импровизация движений | 17 неделя |
| 18 | Упражнение в равновесии | 18 неделя |
| 19 | Индивидуальное творчество | 19 неделя |
| 20 | Упражнения с гимнастическими палками | 20 неделя |
| 21 | Упражнения с обручем | 21 неделя |
| 22 | Упражнения для развития ритма | 22 неделя |
| 23 | Упражнение на передачу в движении характера музыки | 23 неделя |
| 24 | Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание | 24 неделя |
| 25 | Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание | 25 неделя |
| **Раздел 4 Народные пляски и современные танцевальные движения** | | |
| 26 | Танцевальные упражнения и движения | 26 неделя |
| 27 | Соединение движения с музыкой | 27 неделя |
| 28 | Русские народные игры | 28 неделя |
| 29 | Упражнение на развитие танцевального творчества | 29 неделя |
| 30 | Упражнение на развитие танцевального творчества | 30 неделя |
| 31 | Элементы русских народных плясок | 31 неделя |
| 32 | Элементы русских народных плясок | 32 неделя |
| 33 | Итоговое занятие | 33 неделя |

**Тематическое планирование по ритмике**

**для обучающихся 2 класса с ЗПР**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Всего** |
| **Раздел 1 Ритмико-гимнастические упражнения** | |  |
| 1 | Вводный | 1 неделя |
| 2 | Разновидности ходьбы | 2 неделя |
| 3 | Танцевальный шаг на полупальцах | 3 неделя |
| 4 | Перестроения | 4 неделя |
| 5 | Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме | 5 неделя |
| 6 | Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку | 6 неделя |
| 7 | Упражнение с препятствиями и на координацию движений | 7 неделя |
| 8 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 8 неделя |
| 9 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 9 неделя |
| **Раздел 2 Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами** | | |
| 10 | Упражнения на внимание | 10 неделя |
| 11 | Упражнение на расслабление мышц | 11 неделя |
| 12 | Упражнение на координацию движений | 12 неделя |
| 13 | Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы | 13 неделя |
| 14 | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности | 14 неделя |
| 15 | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности | 15 неделя |
| 16 | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности | 16 неделя |
| **Раздел 3 Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку** | | |
| 17 | Импровизация движений | 17 неделя |
| 18 | Упражнение в равновесии | 18 неделя |
| 19 | Индивидуальное творчество | 19 неделя |
| 20 | Упражнения с гимнастическими палками | 20 неделя |
| 21 | Упражнения с обручем | 21 неделя |
| 22 | Упражнения для развития ритма | 22 неделя |
| 23 | Упражнение на передачу в движении характера музыки | 23 неделя |
| 24 | Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание | 24 неделя |
| 25 | Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание | 25 неделя |
| **Раздел 4 Народные пляски и современные танцевальные движения** | | |
| 26 | Танцевальные упражнения и движения | 26 неделя |
| 27 | Соединение движения с музыкой | 27 неделя |
| 28 | Соединение движения с музыкой | 28 неделя |
| 29 | Русские народные игры | 29 неделя |
| 30 | Упражнение на развитие танцевального творчества | 30 неделя |
| 31 | Упражнение на развитие танцевального творчества | 31 неделя |
| 32 | Элементы русских народных плясок | 32 неделя |
| 33 | Элементы русских народных плясок | 33 неделя |
| 34 | Итоговое занятие | 34 неделя |

**Тематическое планирование по ритмике**

**для обучающихся 3 класса с ЗПР**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Всего** |
| **Раздел 1 Ритмико-гимнастические упражнения** | |  |
| 1 | Вводный | 1 неделя |
| 2 | Разновидности ходьбы | 2 неделя |
| 3 | Танцевальный шаг на полупальцах | 3 неделя |
| 4 | Перестроения | 4 неделя |
| 5 | Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме | 5 неделя |
| 6 | Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку | 6 неделя |
| 7 | Упражнения с препятствиями и на координацию движений | 7 неделя |
| 8 | Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 8 неделя |
| 9 | Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 9 неделя |
| **Раздел 2 Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами** | | |
| 10 | Вводный | 10 неделя |
| 11 | Упражнения на внимание | 11 неделя |
| 12 | Упражнение на расслабление мышц | 12 неделя |
| 13 | Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности | 13 неделя |
| 14 | Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы | 14 неделя |
| 15 | Упражнение на передачу в движении характера музыки | 15 неделя |
| 16 | Упражнение на передачу в движении характера музыки | 16 неделя |
| **Раздел 3 Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку** | | |
| 17 | Импровизация движений | 17 неделя |
| 18 | Упражнение в равновесии | 18 неделя |
| 19 | Индивидуальное творчество | 19 неделя |
| 20 | Упражнения с гимнастическими палками и с обручем | 20 неделя |
| 21 | Упражнения для развития ритма | 21 неделя |
| 22 | Упражнения на передачу в движении характера музыки | 22 неделя |
| 23 | Упражнения на умение сочетать движение с музыкой | 23 неделя |
| 24 | Упражнения на умение сочетать движение с музыкой | 24 неделя |
| 25 | Упражнения на внимание | 25 неделя |
| **Раздел 4 Народные пляски и современные танцевальные движения** | | |
| 26 | Танцевальные упражнения | 26 неделя |
| 27 | Танцевальные движения | 27 неделя |
| 28 | Танцевальные движения | 28 неделя |
| 29 | Упражнения на развитие танцевального творчества | 29 неделя |
| 30 | Упражнения на развитие танцевального творчества | 30 неделя |
| 31 | Элементы русских народных плясок | 31 неделя |
| 32 | Элементы русских народных плясок | 32 неделя |
| 33 | Соединение движения с музыкой | 33 неделя |
| 34 | Итоговое занятие | 34 неделя |

**Тематическое планирование по ритмике**

**для обучающихся 4 класса с ЗПР**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Всего** |
| **Раздел 1 Ритмико-гимнастические упражнения** | |  |
| 1 | Вводный | 1 неделя |
| 2 | Разновидности ходьбы | 2 неделя |
| 3 | Танцевальный шаг на полупальцах | 3 неделя |
| 4 | Перестроения | 4 неделя |
| 5 | Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме | 5 неделя |
| 6 | Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку | 6 неделя |
| 7 | Упражнение с препятствиями и на координацию движений | 7 неделя |
| 8 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 8 неделя |
| 9 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой | 9 неделя |
| **Раздел 2 Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами** | | |
| 10 | Вводный | 10 неделя |
| 11 | Упражнения на внимание | 11 неделя |
| 12 | Упражнение на расслабление мышц | 12 неделя |
| 13 | Упражнение на координацию движений | 13 неделя |
| 14 | Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы | 14 неделя |
| 15 | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности | 15 неделя |
| 16 | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности | 16 неделя |
| **Раздел 3 Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку** | | |
| 17 | Импровизация движений | 17 неделя |
| 18 | Упражнение в равновесии | 18 неделя |
| 19 | Индивидуальное творчество | 19 неделя |
| 20 | Упражнения с гимнастическими палками | 20 неделя |
| 21 | Упражнения с обручем | 21 неделя |
| 22 | Упражнения для развития ритма | 22 неделя |
| 23 | Упражнение на передачу в движении характера музыки | 23 неделя |
| 24 | Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание | 24 неделя |
| 25 | Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание | 25 неделя |
| **Раздел 4 Народные пляски и современные танцевальные движения** | | |
| 26 | Танцевальные упражнения и движения | 26 неделя |
| 27 | Танцевальные упражнения и движения | 27 неделя |
| 28 | Русские народные игры | 28 неделя |
| 29 | Упражнение на развитие танцевального творчества | 29 неделя |
| 30 | Элементы русских народных плясок | 30 неделя |
| 31 | Элементы русских народных плясок | 31 неделя |
| 32 | Соединение движения с музыкой | 32 неделя |
| 33 | Соединение движения с музыкой | 33 неделя |
| 34 | Итоговое занятие | 34 неделя |

**Материально-техническое оснащение кабинета:**

детские музыкальные инструменты;

гимнастические палки

погремушки

мячи резиновые

сенсорные мячики

музыкальная панель

обручи

гимнастические коврики

батут

ковровое покрытие

учительский стул

ученические стулья

учительский стол

зеркала настенные

стойка открытая;