

ГКОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Золинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья»

«СОГЛАСОВАНО»

На МО учителей-предметников

Протокол № 2 от « 15 » 10 2018 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
« Ритмика»**

1 класс

**Программу разработала: учитель начальных классов
первой квалификационной категории Казакова К.К.**

**с. Золино
2019г.**

Структура рабочей программы:

I. Пояснительная записка.....	3
II. Общая характеристика учебного предмета, курса.....	3
III. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане.....	5
IV. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика».....	6
V. Содержание коррекционного курса «Ритмика».....	7
VI. Календарно-тематическое планирование по учебному предмету.....	9
VII. Описание материально-технического обеспечения.....	13

I. Пояснительная записка

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с ОВЗ средствами музыкально-ритмической деятельности.

Рабочая программа коррекционно – развивающих занятий внеурочной деятельности «Ритмика» составлена:

- на основе Федерального государственного образовательного стандарта, Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по ритмике, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. №4/15).

- в соответствии с требованиями Адаптированной основной общеобразовательной программы ГКОУ “Золинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья” (утверждена приказом директора от 30.08.2018 «100/7) к уровню подготовки обучающихся

- на основе Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида для 1-4 классов под редакцией В.В. Воронковой; М. Просвещение 2009г.

- Учебного плана ГКОУ “Золинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья” на 2018-2019 учебный год (приказ от 30.08.2018 №100/2)

- Календарного учебного графика на 2018/2019 учебный год

- Положения о рабочей программе учебных предметов в ГКОУ «Золинская школа-интернат»

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

II Общая характеристика учебного предмета, курса

Начальным этапом в данной работе является необходимость научить ребенка вслушиваться и определять «музыкальный пульс» произведения, которое должно быть доступно детям для восприятия, анализа и воспроизведения.

В ритмике выделяются следующие методы обучения:

- *наглядные;*
- *словесные;*
- *практические.*

Наглядные методы обеспечивают яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений.

Словесные методы, обращенные к сознанию, помогают осмысливанию поставленных задач и сознательному исполнению двигательных упражнений.

Практические методы обеспечивают действенную проверку правильности восприятия движений на собственных мышечно-моторных ощущениях.

Основными составляющими компонентами ритмики являются:

- *общеразвивающие упражнения;*

- *ритмическая гимнастика;*
- *упражнения с музыкально-теоретическими заданиями;*
- *музыкальные игры;*
- *упражнения с элементами танцевальных движений.*

В структуру представленных ритмических компонентов могут включаться упражнения с предметами и с шумовыми музыкальными инструментами.

1. Цель *общеразвивающих упражнений* – формирование различных видов движения, которые должны точно отображать характер звучащего музыкального произведения.

Методические приемы обучения:

- ✓ выстраивание цепочки последующих действий педагогом,
- ✓ прослушивание детьми музыкального произведения,
- ✓ определение его характера и средств музыкальной выразительности,
- ✓ самостоятельная импровизация двигательных действий детьми,
- ✓ демонстрация движений педагогом и выбор самими детьми движения, соответствующего музыке.

2. *Ритмическая гимнастика* включает в себя комплекс упражнений на все виды движения в определенной последовательности. Цель – развитие двигательных навыков. Ритмическая гимнастика строится на музыке одного композитора.

Методическим приемом обучения является построение двигательных упражнений в определенном порядке, с постепенным включением в работу всех частей тела, это связано с рациональным распределением нагрузки.

3. *Упражнения с музыкально-теоретическим заданием* представляют собой углубленное изучение средств музыкальной выразительности. Цель – научить детей воспроизводить ритмические рисунки мелодий посредством ритмослогов, движений рук, ног в соответствии с принятой системой обозначений.

Методически приемом обучения является обучение и показ согласованных движений ногами с одновременным дирижированием руками и проговариванием слогов, характеризующих различную длительность.

4. *Музыкальные игры* – это движения, мимика, жесты, драматизация, действия, соответствующие характеру музыки и средству музыкальной выразительности.

Цель – закрепление у детей музыкально-ритмических навыков и выразительного движения. Музыкальные игры дают широкую возможность для развития творческих способностей детей.

5. *Упражнения с элементами танцевальных движений.*

Цель – овладение танцевальными движениями различного жанра.

Методические приемы: преподаватель на определенное музыкальное произведение разрабатывает композицию танца, раскладывает каждое движение на составные элементы на счет сначала предлагает прослушать музыку танца, затем показывает элемент танцевального движения, подробно объясняя технику его исполнения, потом предлагает воспроизвести его детям.

Также, в процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

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

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать 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 ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

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.

Преимущество занятий ритмикой заключается в том, что она не нацелена на стимулирование какой-либо одной функции, а ориентирована на общее развитие ребенка.

III. Описание места учебного предмета, курса.

В учебном плане общего образования ГКОУ «Золотинская специальная (коррекционная) школа - интернат для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» на 2018/2019 уч. год ритмика является предметом коррекционной подготовки.

на прохождение данного курса отводится:

1 класс – 1 час в неделю, итого 33 часа в год

Настоящая программа рассчитана на учащихся 1 класса.

Занятия должны проводиться в специально-оборудованном кабинете. Продолжительность занятий – 15-20 минут.

IV. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Программа обеспечивает достижение выпускниками следующих личностных, и предметных результатов.

Личностные результаты:

- Ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- Развитие двигательной активности;
- Формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала; осознавать роль танца в жизни ;
- Развитие танцевальных навыков

Предметные результаты:

- Получить знания по музыкальной грамоте, хореографии, хореографической терминологии;
- Изучение детских массовых танцев и движений к ним;
- Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- Соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- усваивать несложные музыкальные ритмы;
- развивать музыкальный слух;
- совершенствовать музыкально-эстетические чувства.

V. Содержание учебного предмета

1 класс

(1 ч в неделю)

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений

Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

Упражнения на расслабление мышц

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

3. Координация движений, регулируемых музыкой

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

4. Игры под музыку

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей. Музыкальные игры с предметами.

5. Танцевальные упражнения

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

Основные требования к умениям учащихся

Учащиеся должны 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.

VI. Перечень учебно-методических средств обучения.

№ п/п	наименование	носитель	назначение	количество
1.	Музыкальный материал: фонограммы	CD	Музыкальное сопровождение упражнений и танцев	1
2.	Нотный материал	Бумажный (папка с файлами)	Музыка для упражнений, танцев	1
3.	Массажная дорожка ребристая 150х30	-	Профилактика плоскостопия, профилактический массаж стоп, развитие сенсорного восприятия	1
4.	Массажная дорожка 160х40	-	Профилактика плоскостопия, профилактический массаж стоп, развитие сенсорного восприятия	1
5.	Дорожка со следочками 180х40	-	Коррекция осанки, развитие двигательной координации, развитие чувства равновесия	1
6.	Мяч гимнастический	-	Коррекция осанки, релаксация	2
7.	Эспандер ручной	-	Развитие моторики руки	8
8.	Шумовой оркестр	-	Развитие чувства ритма, координации движения	1 набор
9.	Описание упражнений	Бумажный	Справочный материал	1

		(папка с файлами)	для учителя	
10.	Видео с танцами	CD	Наглядный материал	1

2 Календарно-тематическое планирование

Учебно-тематический план

1 класс- 33 часов

№ урок а	Тема	К-во часов		Дата	Содержание занятия	Ожидаемый результат БУД	Коррек тировк а
		план	факт.				
I четверть							
Упражнения на ориентирование в пространстве							
1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение.	1			Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, шеренга	Уметь готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение.	
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка.	1			Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	Уметь равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.	
3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	1			Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад.	Развить подвижность плечевого и шейного отдела	.

4	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами	1			Движения рук в разных направлениях; наклонить, повернуть туловище вправо, влево.	Уметь ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.	
Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений							
5	Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднятие и опускание рук.	1			Поднимать и опускать руки по очереди, перекрестно.	Научиться быстро, точно и ловко управлять движениями рук. Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	
6	Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук	1			Выставить левую ногу вперед. Правую руку вперед.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.	
Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц							
7	Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук.	1			Круговые движения рук, поднимать. Опускать плечи.	Научиться ощущать напряжение и расслабление в теле. Ощущать напряжение и расслабление мышц, развивать координацию движений рук.	
8	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).	1			Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую.	Научиться ощущать напряжение и расслабление в теле.	
II четверть							
Координация движений, регулируемых музыкой							
9	Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях.	1			Двигать кистями рук в разных направлениях. Сжимать пальцы в кулак, поочередно закрывать пальцы.	Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками. Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы.	

Игры под музыку							
10	Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки	1			Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания.	
11	Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке	1			Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	Развитие слухового восприятия, коррекция эмоциональной сферы.	
Танцевальные упражнения							
12	Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями	1			Прямой галоп. Танцевальные движения. Танец «Барыня»,	Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	
13	Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1			Шагать бодро, спокойно, тихо, топая ногами. «Утята»	Развитие мышечного тонуса, координации движений.	
14	Танцевальные упражнения. Бег легкий, на носочках.	1			Легкий бег на носочках, легкий шаг на носочках.	Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой. Формирование чувства музыкального темпа.	
15	Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. РК	1			Галоп. Прыжки на двух ногах с разными положениями рук.	Развитие быстроты и точности реакции.	
III четверть							

Упражнения на ориентирование в пространстве							
16	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево.	1			Движения вперед, назад, направо, налево пляски с хлопками.	Знать простейшие пространственные понятия Развитие пространственной организации собственных движений, оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение.	
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга.	1			Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга	Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии. Развитие пространственных представлений, способности словесному выражению пространственных отношений.	
18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. РК	1			Простые шаги, шаги на носках. Простые шаги, шаги на пятках. Бег по кругу, ногу отбросить назад.	Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения.	
Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения							
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища	1			Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения стопой.	Знать правила постановки корпуса. Запомнить и уметь выполнить ритмико-гимнастические упражнения. Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.	

20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры	1			Приседания с опорой и без опоры, с предметами	Хорошо развита гибкость и пластичность движений. Преодоление двигательной скованности движений.
21	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами	1			Выставлять ногу на носок в разные стороны пляски с кружением, хлопками.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1			Подъем на полупальцы. Выбатывать осанку.	Выработка правильной осанки, чувства равновесия.
Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений						
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1			Выставить ногу назад, левую руку вперед, с упругой ноги. Знать позиции рук, сменить позиции рук.	Знать движения на развитие координации, уметь выполнять их. Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений.
24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук	1			Проводить движения рук головой, взглядом	Хорошо выполнять ранее изученные упражнения, позиции, движения. Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу.
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник»	1			Прохлопать простой рисунок пляски с прыжками	Самостоятельно исполнять танец на развитие координации движений. Развитие произвольности при выполнении движений и действий.
IV четверть						
Координация движений, регулируемых музыкой						

26	Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.	1			Соединить пальцы в разных позициях. Мелкие движения пальцев рук. Отстучать простой ритмический рисунок.	Знать названия музыкальных инструментов, уметь исполнять простейший ритмический рисунок на барабане и детском пианино. Коррекция мелкой моторики, согласованности движений.	
27	Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане	1			Проговаривать слова стихов, попевок, песен	Знать слова стихов и считалок, используемых на уроке. Уметь проговаривать их вместе со звучанием музыкального инструмента. Формирование чувства музыкального темпа, восприятия ритмического рисунка.	
Игры под музыку							
28	Игры под музыку. Имитационные упражнения.	1			Изменять направление и формы ходьбы	Знать правила игр. Владеть имитационно-подражательными движениями. Развитие имитационно-подражательных выразительных движений под музыку.	
29	Игры под музыку. Движения транспорта, людей.	1			Имитационные игры, движения	Согласовывать движения с речью. Развитие имитационно-подражательных выразительных движений.	
30	Музыкальные игры с предметами. РК	1			Музыкальные игры с предметами.	Согласование движений с пением.	
Танцевальные упражнения							

31	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	1			Маховые движения рук: на счет 1,2; на счет 1 пауза 2	Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать особенности исполнения танцевальных упражнений. Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения).	
32	Танцевальные упражнения. Движения парами	1			Элементы русской пляски. положение рук в русском танце.	Развитие умения выполнять совместные действия и коммуникативных навыков.	
33	Танец «Пляска с притопами»	1			Уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	Уметь работать в паре, в коллективе. Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	