

Приложение к адаптированной
образовательной программе
начального общего образования

**Российская Федерация
Тюменская область
Ханты-Мансийский автономный округ - Югра
Нижневартовский район
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Варьеганская общеобразовательная средняя школа»**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО учителей
развивающего цикла

_____ С. Г. Бирюлина

Протокол № 1

от «29» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

_____ Г.А. Кутлушина

от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Варьеганская ОСШ»

_____ С.Л. Антропова

Приказ № 257-о

от «30» августа 2024 г.

**Рабочая программа
по Ритмике для детей ОВЗ
2-4 классы**

**Оносовой Людмилы Васильевны,
учителя физической культуры**

**с. Варьеган
2023– 2024 учебный год**

I. Пояснительная записка

Рабочая программа начального общего образования по «Ритмике» для детей с ограниченными возможностями здоровья разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1599.
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 22.12.2015. №4/15.
- СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 г. N 26).
- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный класс под редакцией В. В. Воронковой — Москва «Просвещение», 2010 год. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.

Актуальность программы:

Преподавание ритмики в образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности.

Особенности программы:

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального компонента государственного образовательного стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Программа охватывает основные направления здоровьесберегающей деятельности. Способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма, развитию эстетического вкуса, культуры поведения и общения, художественно - творческой и танцевальной способностям, фантазии, памяти, обогащению кругозора.

Участники программы: программа разработана для учащихся 2-4 классов (8-11 лет).

Сроки реализации программы: Рабочая программа «Ритмика» относится к коррекционным занятиям. Согласно годового календарного учебного графика, расписания учебных занятий, рассчитана на 1 час в неделю, общее количество часов в год - 34 часа.

Цель программы: Развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

Достижение цели обеспечивается решение следующих задач:

- Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях;
- Корректировать недостатки двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которые достигаются средствами музыкально-ритмической деятельности;
- Способствовать развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве;
- Создать условия для укрепления здоровья, формирования навыков здорового образа жизни обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

II. Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета ритмика

Личностные УУД

Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию.

Коммуникативные УУД

Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

обращаться за помощью и принимать помощь;

слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;

сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

Познавательные УУД

Выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;

делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;

пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;

наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).

Личностные результаты:

- наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;

- приобретение начальных навыков социокультурной адаптации в современном мире и позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей;

- развитие мотивов музыкально-учебной деятельности.

Метапредметные результаты:

- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;

- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни класса.

Предметные результаты:

- развитие художественного вкуса, устойчивого интереса к музыкально-ритмическому искусству и различным видам (или какому-либо виду) творческой деятельности;

- развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов искусств, размышлять о музыке и танцевальном искусстве как способе выражения духовных переживаний человека;

- общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства;

- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, региональной самобытности музыкального и танцевального искусства разных народов.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы.

Обучающийся научится:

- 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

Обучающийся получит возможность научиться:

- воспринимать танцевальную музыку различных жанров;
- эстетически откликаться на искусство, выражая свое отношение к нему в различных видах музыкально-танцевальной творческой деятельности;
- определять виды танцев, сопоставлять различные танцевальные музыкальные образы;
- общаться и взаимодействовать в процессе коллективного воплощения различных танцевальных художественных образов

III. Основное содержание обучения

Рабочая программа по ритмике состоит из следующих разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Игры под музыку
4. Танцевальные упражнения

В каждом разделе изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть обучающиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

Раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»

Содержание этого раздела составляют упражнения, помогающие обучающимся ориентироваться в пространстве.

Правильное исходное положение.

Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка.

Построение в круг из шеренги, цепочки.

Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Раздел «Ритмико-гимнастические упражнения»

Основное содержание этого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

Также в раздел входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений – научить обучающихся согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Общеразвивающие упражнения.

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.

Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).

Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть предметы перед собой и сбоку).

Приседание с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч).

Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы.

Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений.

Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз).

Одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх.

Выставление левой ноги вперед, правой руки перед собой, правой ноги в сторону, левой руки в сторону и т.д.

Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнения на расслабление мышц

Подняв руки в сторону и слегка наклонившись вперед, по сигналу уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение.

Свободное круговое движение рук.

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

Раздел «Игры под музыку»

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий).

Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий танцевальный бег сменяется стремительным спортивным; легкое подпрыгивание – тяжелым и т.д.).

Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах (повадки зверей и птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.

Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.

Музыкальные игры с предметами.

Игры с пением или речевым сопровождением.

Раздел «Танцевальные упражнения»

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев.

Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей. Знакомство с танцевальными движениями.

Бодрый, спокойный, топающий шаг.

Бег легкий, на полупальцах.

Подпрыгивание на двух ногах.

Прямой галоп.

Маховые движения рук.

Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек – движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.

Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.

Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

IV. Тематическое планирование

п/п	Разделы	Кол-во часов
1	Введение	1
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	6
3	Ритмико-гимнастические упражнения	8
4	Игры под музыку	8
5	Танцевальные упражнения	10
	Итого	34

V. Календарно – тематическое планированиевнеурочной деятельности

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Планируемые результаты	Дата	
			Предметные, метапредметные, личностные	План	Факт
Введение (1 час)					
1	Техника безопасности на занятии «Ритмика». Тестовые мероприятия.	1	Предметные. Осознание необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения Метапредметные. Знать факторы, влияющие на здоровье Личностные. Определять под руководством учителя самые простые и общие правила поведения	02.09.24	
Упражнения на ориентировку в пространстве (7 часов)					
2(1)	Правильное исходное положение.	1	Предметные Формирование первоначальных представлений об упражнениях на ориентировку в пространстве. Метапредметные Понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; работать в группе, учитывать мнения. Личностные. Осознавать себя как ученика, заинтересованного обучением; положительно относиться к окружающей действительности; самостоятельно выполнять учебные задания, поручения, договоренности.	09.09.24	
3(2)	Ходьба и бег.	1		16.09.24	
4(3)	Перестроение в круг из шеренгу.	1		23.09.24	
5(4)	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	1		30.09.24	
6(5)	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1		07.10.24	
7(6)	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1		14.10.24	
8(7)	Ходьба по центру зала, умение намечать двигательные линии из угла в угол.	1		21.10.24	
Ритмико-гимнастические упражнения (8 часа)					
9(1)	Общеразвивающие упражнения	1	Предметные научиться согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. Метапредметные. Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Личностные. Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик).	11.11.24	
10(2)	Общеразвивающие упражнения	1		18.11.24	
11(3)	Упражнения на координацию движений	1		25.11.24	
12(4)	Самостоятельное составление ритмических рисунков	1		02.11.24	
13(5)	Сочетание хлопков и притопов с предметами	1		09.12.24	
14(6)	Опускать голову, корпус с позиции стоя и сидя.	1		16.12.24	
15(7)	Упражнения под музыку.	1		23.12.24	

16(8)	Упражнения под музыку.	1		13.01.25	
Игры под музыку (8 часов)					
17(1) 18(2)	Передача игровых образов.	2	Предметные. Уважительное отношение к культуре других народов; Метапредметные. Проявлять индивидуальные творческие способности; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; формулировать свои затруднения. Личностные. Владеть умениями организовывать подвижные игры.	20.01.25	
19(3) 20(4)	Смена ролей в импровизации.	2		27.01.25	
21(5) 22(6)	Действия с воображаемыми предметами.	2		03.02.25	
23(7) 24(8)	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	2		10.02.25	
				17.02.25	
				24.02.25	
			03.03.25		
			10.03.25		
Танцевальные упражнения (10 часов)					
25(1)	Основные движения народных танцев	1	Предметные. Потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению других. Метапредметные. Знакомство с танцевальными движениями. Личностные. Ознакомление с названиями и с основными движениями танцев. Приобщение обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерны особенности танцев разных национальностей.	17.03.25	
26(2)	Знакомство с танцевальными движениями.	1		24.03.25	
27(3)	Прямой галоп. Маховые движения рук.	1		07.04.25	
28(4)	Сильные подскоки, боковой галоп.	1		14.04.25	
29(5)	Движение парами: боковой галоп, подскоки.	1		21.04.25	
33(6)	Элементы русской пляски: простой хороводный шаг.	1		28.04.25	
31(7)	Элементы русской пляски: присядка.	1		05.05.25	
32(8)	Шаг кадрили.	1		12.05.25	
33(9)	Пружинящий шаг. Подскоки с продвижением	1		19.05.25	
34(10)	Элементы народных танцев.	1		26.05.25	
	Итого:	34			

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

1. «Коррекционная ритмика комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста с ЗПР».
2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией Воронковой В.В. 1-4 классы - М.:«Просвещение», 2010 год.
3. Детские электронные книги и презентации - <http://wiki.rdf.ru/>
4. DVD «Школа танцев для детей»
5. Единая коллекция - <http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/f544b3b7-f1f4-5b76-f453-552f31d9b164>
6. Компьютер
7. Музыкальный центр
8. Мультимедийный проектор
9. Ленты
10. Презентация «Урок ритмики и танца»
11. Презентация «Волшебный мир танца»
12. Российский общеобразовательный портал - <http://music.edu.ru/>
13. Детские музыкальные инструменты: бубен, детское пианино.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. www.dance-city.narod.ru
2. www.danceon.ru
3. www.mon.gov.ru
4. www.tangodance.by
5. <http://music.edu.ru/>

Планируемые результаты освоения АООП для базового уровня выпускника начальной школы по предмету ритмика:

Обучающиеся научатся:

- воспринимать танцевальную музыку различных жанров;
- эстетически откликаться на искусство, выражая свое отношение к нему в различных видах музыкально-танцевальной творческой деятельности;
- определять виды танцев, сопоставлять различные танцевальные музыкальные образы;
- общаться и взаимодействовать в процессе коллективного воплощения различных танцевальных художественных образов.