**ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа р.п. Лесогорск»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено: на заседании**  **ШМО учителей**  Протокол № 5  от «04» сентября 2023 г. | **Согласовано:**  Зам. директора по УР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_Парамонова Е.А.  От «04» сентября 2023 г. | **Утверждаю:**  Директор ГОКУ СКШ р.п. Лесогорск.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.М. Левитская Пр. № О-81 «04» сентября 2023 г. |

**Программа**

**коррекционного кура «Ритмика»**

**для обучающихся с легкой умственной отсталостью**

**(интеллектуальными нарушениями)**

**(1 вариант)**

**5 - 6 класс**

Составила: педагог-организатор

Корепанова Т.О.

**р.п. Лесогорск,**

**2023-2024 уч. год**

Рабочая программа по «Ритмике» разработана  в соответствии с Приказом от 19 декабря 2014 г. № 1599 Министерства образования и науки Российской Федерации. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Адаптированной Основной Образовательной Программой учреждения и направлена на достижение обучающимися личностных и предметных результатов и выполнение требований АООП (вариант 1).

**Рабочая программа учебного предмета, курса «Ритмика» включает следующие разделы:**

1) пояснительную записку, в которой конкретизируются общие цели образования с учетом специфики учебного предмета, коррекционного курса;

2) общую характеристику учебного предмета, коррекционного курса с учетом особенностей его освоения обучающимися;

3) описание места учебного предмета в учебном плане;

4) личностные и предметные результаты освоения учебного предмета, коррекционного курса;

5) содержание учебного предмета, коррекционного курса;

6) тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся;

7) описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

**1. Пояснительная записка**

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) общеобразовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развитиях, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний. Программа определяет содержание предмета и учитывает особенности познавательной деятельности детей, обучающихся по программе VIII вида. Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации. Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Поэтому особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных учащихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

**Цель программы обучения:**

Осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

**Задачи курса**:

• способствовать коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности

• ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;

• исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;

• развивать у учащихся речь, художественный вкус,

• укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

Физкультура. Формирование и совершенствование двигательных умений, воспитание нравственных, морально-волевых качеств, настойчивости, смелости, навыков культурного поведения.

Музыка и пение. Умение слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивать способность переживать содержание музыкального образа. Движения под музыку оказывают не только коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создает благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Межпредметные связи в учебном процессе обеспечивают лучшее понимание школьниками изучаемого материала.

**3. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане.**

Программа коррекционного курса «Ритмика» в 5-6 классе, согласно годового, календарного учебного графика, расписания учебных занятий, рассчитана на 2 часа в неделю, общее количество часов в год: 68 часов.

**4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

**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.

**Предметные результаты:**

- уметь согласовывать с музыкой движения: ходить легко, ритмично,

- выполнять движения с предметами и без них (плавно и энергично);

- исполнять пляски, состоящие из различных танцевальных элементов с учителем;

- элементы современных танцевальных движений по показу учителя,

- согласование движений с музыкой: бегать быстро, с относительно высоким подъемом ног,

- ускорение и замедление движений, движений.

- самостоятельное начало движения после музыкального вступления.

**5. Содержание учебного предмета, коррекционного курса;**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

**РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

**УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

**ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен. .

**6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела программы** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Основные виды**  **учебной**  **деятельности** |
| **1** | **Упражнения на ориентировку в пространстве.**  **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.** | Введение. Что такое ритмика. | 1 | Уметь сохранять правильный рисунок и правильную  дистанцию. |
| **2** | Дыхательные и релаксирующие упражнения.  Игры («Холодно-горячо) | 1 |
| **3** | Упражнения с мячом Музыкально-ритмические движения. «Великаны и гномы» | 1 | Учащиеся должны научиться перестроению из нескольких колонн в несколько кругов, четыре отдельных маленьких  круга, сужение и расширение кругов. |
| **4** | Марш по периметру зала Игра «Ищи игрушку» | 1 | Отвлекаясь на предметы ( обручи, скакалки) уметь ориентироваться в пространстве |
| **5** | Пляска с платочком Игра «Поехали – поехали» (повторение). | 1 |
| **6** | Ритмико - гимнастические упражнения. Подвижные игры с мячом. | 1 | Должны уметь выполнять  перелезание через палку, обруч. |
| **7** | **Ритмико-**  **гимнастические упражнения на координацию движений** | Ритмические упражнения с скакалкой. Релаксирующие упражнения. | 1 | Совершенствование техники ходьбы тихим шагом,  быстрым шагом, галопом по центру зала; умение намечать диагональные линии из угла в угол. |
| **8** | Ритмические упражнения с мячом. Игра «Секретное задание». | 1 | Уметь быстро переключаться с одного вида деятельности на другой. |
| **9** | Инсценировка песни. Игра «Я знаю пять названий». | 1 | Совершенствование техники ходьбы тихим шагом,  быстрым шагом, галопом по центру зала; умение намечать диагональные линии из угла в угол. |
| **10** | Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа. | 1 | Отвлекаясь на предметы суметь сориентироваться в пространстве: обегать их, собирать, передавать друг  другу, перекладывать с места на место. |
| **11** | Танец. «Полька». Подвижная музыкально -ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи». | 1 |
| **12** | Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы. Подвижная музыкально -ритмическая и речевая игра. «Пустое место». | 1 | Выполнять под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку упражнения. |
| **13** | Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. Подвижная музыкально -ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе» | 1 |
| **14** | Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой Подвижная музыкально -ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч» | 1 | Уметь быстро переключаться с одного вида деятельности на другой. |
| **15** | Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. Подвижная музыкально -ритмическая и речевая игра. | 1 |
| **16** | Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Подвижная музыкально -ритмическая и речевая игра . «Вороны и воробьи». | 1 | Уметь скоординировать движения разных частей тела под словесную инструкцию.  Отличать понятия «наклон» и «поворот», уметь правильно их исполнить.  Уметь согласовывать движения разных частей тела, быстро переключаться с одного движения на другое. |
| **17** | **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.**  **Игры под музыку.** | Элемент танца. «Шаг польки». Подвижные музыкально -ритмические и речевые игры. Два Мороза. | 1 |
| **18** | Танец. «Полька». Подвижные музыкально -ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену. | 1 |
| **19** | Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой Элемент танца. «Хороводный шаг». | 1 |
| **20** | Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой. Танцы. Круговой галоп. | 1 |
| **21** | Упражнения ритмической гимнастики .С мячом. | 1 | Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой. |
| **22** | Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп). | 1 |
| **23** | Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок. | 1 | Уметь выполнять  упражнения по музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа  движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.  Самостоятельное составление ритмических рисунков в сочетании  хлопков и притопов.  Уметь скоординировать свои движения в соответствии с характером и темпом музыки.  Уметь выполнять одно и то же движение в паре, одинаково и синхронно.  Двигаться по кругу, соблюдая дистанцию и одновременно выполнять танцевальные движения  Упражнение на  релаксацию.  Уметь скоординировать движения разных частей тела под словесную инструкцию. |
| **24** | Упражнение на связь движений с музыкой. Игра «Покажи жестами» | 1 |
| **25** | Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы. Упражнения и игры со скакалкой | 1 |
| **26** | Специальные ритмические упражнения. Дыхательные и релаксирующие упражнения | 1 |
| **27** | Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). Прохлопывание ритма песен | 1 |
| **28** | Марш с перестроением в колонну подвое Игра «Догадайся! Что это?» | 1 |
| **29** | Передача характера музыки в движении Разучивание игры «День-ночь». | 1 |
| **30** | Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку. Игра «Море волнуется». | 1 |
| **31** | Движения в парах. «Вальс» Игра «Одиннадцать». | 1 |
| **32** | Движения в парах. «Вальс» Игры «Через границу». | 1 |
| **33** | Движения в парах. «Вальс» Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки» | 1 |
| **34** | **Танцевальные упражнения** | Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. | 1 |
| **35** | Движения в парах. «Вальс» Игра «Соседи». | 1 |
| **36** | Закрепление. Танцы “Полкинс”, “Полька”, “Вару-вару”, “Стирка”. | 1 |
| **37** | Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). | 1 |
| **38** |  | Музыкально-ритмические игры “Балетмейстер”, “Шаг”. | 1 |
| **40** | **Народные пляски и современные танцевальные движения** | Танец “Ладошки”. Основные движения, переходы в позиции рук. | 1 |
| **41** | Танец “Ладошки”. Основные движения, переходы в позиции рук. | 1 |
| **42** | Разучивание элементарного бального танца. Понятие “либретто”. | 1 |
| **43** | Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). |  |
| **44** | Музыкально-ритмические игры “Балетмейстер”, “Шаг”. | 1 | перестроения с образованием кругов, квадратов,  «звёздочек», «каруселей», движения к определённой цели и между предметами). |
| **45** | Элементы народной хореографии:, лесенка, елочка. | 1 |
| **46** | Элементы народной хореографии: лесенка, елочка. | 1 |
| **47** | **Народные пляски и современные танцевальные движения**  **Ритмико-**  **гимнастические упражнения на координацию движений** | Элементы народной хореографии: лесенка, елочка. | 1 |  |
| **48** | Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса | 1 | Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Упражнение на  релаксацию. |
| **49** | Сказка – танец “Буратино”. | 1 |
| **50** | Сказка – танец “Буратино”. | 1 |
| **51** | Музыкально-ритмические игры: “Коршун и курица”, “Магазин игрушек”, “Охранник музея”. | 1 |
| **52** | Перестроение для танцев. Тесты, позволяющие оценить эластичность Мышц плечевого пояса | 1 |
| **53** | Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. | 1 |
| **54** | Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце. | 1 |  |
| **55** | Музыкально-ритмические игры: “Коршун и курица”, “Магазин игрушек”, “Охранник музея”. | 1 |  |
| **56** | Упражнения для суставов. Разминка «Буратино». |  | Упражнения  на релаксацию. |
| **57** | Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце. | 1 |
| **58** | Движения по линии танца. Тесты, оценивающие подвижность шейного отдела. | 1 |
| **59** | Упражнения для суставов. Разминка «Буратино». | 1 |
| **60** | Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. | 1 |
| **61** | Музыкально-ритмические игры: “Коршун и курица”, “Магазин игрушек”, “Охранник музея. | 1 | Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение  на релаксацию. |
| **62** |  | Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. | 1 |
| **63** | Игры с музыкальным сопровождением. | 1 |
| **64** | Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. | 1 |
| **65** | Танцевальные упражнения и движения | 1 |
| **66** | Русские народные игры | 1 |
| **67** | Русские народные игры | 1 |
| **68** |  |  |  |

**7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.**

*Материально-техническое обеспечение:*

* технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
* музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры),
* детские музыкальные инструменты: трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, маракасы, кастаньеты, металлофоны ксилофоны; свистульки, деревянные ложки;
* дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.

*Методическая литература:*

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва .,2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -4 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
4. Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2003.-112с.
5. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затямина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

*Дополнительная литература для учителя и учащихся:*

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика.-СПб.; ЛОИРО, 2000. – 220 с.
2. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2003.-224с.
3. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: 2000.-112 с.
4. Михайлова М. А., Горбина Е. В. Поём, играем, танцуем дома и в саду.- Ярославль: «Академия развития», 1998.-240с.
5. Петрова Т. И., Сергеева Е. Л., Петрова Е. С. Театрализованные игры в детском саду.- М. : Издательство « Школьная Пресса», 2000.
6. Чурилова Э. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников: Программа и репертуар.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.- 160 с.

*Информационное обеспечение образовательного процесса*

* Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
* Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
* Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>
* Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
* Федеральный портал «Российское образование» http://[www.edu.ru](http://www.edu.ru)
* Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов http://[fcior.edu.ru](http://fcior.edu.ru)
* Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>
* Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>