

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
для обучающихся по адаптированным образовательным программам
«Магаданский областной центр образования № 2»

685910 Магаданская область, Ольский городской округ, пгт. Ола, ул. Ленина, дом
№ 54 корп. «А»

тел. (8413 41)25955, e-mail: kor_sckola@list.ru
ИНН/КПП 4901004174/490101001



УТВЕРЖДАЮ
Врио директора
М.Ю. Уксусова / Уксусова М. Ю./

Адаптированная образовательная рабочая программа

Предметная область Коррекционно-развивающая
Учебный предмет Ритмика
Класс 1

Учитель: *А.И. Яук* Яук А.И.

Согласована
Педагогический совет
От 31.08.2023г. протокол № 1

Согласована
Заместитель директора по УВР
М.Ю. Уксусова М.Ю. Уксусова

Пояснительная записка

Адаптированная образовательная рабочая программа по ритмике (далее – Рабочая программа) разработана для учащихся 1 класса Государственного казенного образовательного учреждения для обучающихся по адаптированным образовательным программам «Магаданский областной центр образования № 2». Программа составлена на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, 1-4 классы, под редакцией В.В.Воронковой (Москва "Просвещение" 2013 года).

Рабочая программа рассчитана на 32 часа, 1 час в неделю (дополнительные каникулы с 12.02.2024 г. по 18.02.2024 г.).

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

Задачи:

- общее развитие младших умственно отсталых школьников;
- исправление недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы;
- воспитание положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма);
- эстетическое воспитание.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

Содержание коррекционно-развивающей области для глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено следующими обязательными коррекционными курсами: «Развитие восприятия и воспроизведения устной речи» (индивидуальные занятия), «Социально-бытовая ориентировка» (фронтальные занятия), «Развитие познавательной сферы» (индивидуальные занятия).

Содержание коррекционно-развивающей области для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено следующими обязательными коррекционными курсами: «Речевая практика», «Основы коммуникации», «Развитие деятельности по самообслуживанию», «Двигательная коррекция».

Содержание программы

Программа по ритмике состоит из 4 разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве», «Ритмико-гимнастические упражнения», «Игры под музыку», «Танцевальные упражнения». На каждом уроке осуществляется работа по всем 4 разделам программы в изложенной последовательности. Основная цель данных упражнений – научить детей с умственной отсталостью согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Основной вид контроля – точность и техничность исполнения основного комплекса упражнений.

Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

1.1. Правильное исходное положение.

1.2. Ходьба и бег по ориентирам. Ориентироваться в пространстве зала, знать центр (середину) зала, собираться в середине и расходиться по всему залу (по сигналу).

1.3. Построение и перестроение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

1.4. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.

Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.

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

2.2. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободно круговое движение рук. «Маятнику».

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

Раздел 3. Игры под музыку.

3.1. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. Быстро — медленно, бодро, свободно, подняв голову и не сутулясь, не шаркая ногами, маршировать под звучание марша, входить в зал, обходить его по периметру, останавливаться, затем по музыкальному сигналу опять начинать движение; выполнять движения не только по показу воспитателя, но и по словесной инструкции взрослого, а также самостоятельно.

3.2. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). Движения транспорта, людей, животных.

3.3. Музыкальные игры с предметами. Выполнять разные действия с предметами (передавать их друг другу, поднимать вверх, покачивать ими над головой, бросать и ловить мяч, поднимать вперед).

3.4. Игры с пением или речевым сопровождением. Развивать координацию, плавность, выразительность движений.

Раздел 4. Танцевальные упражнения.

3.1. 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». Образовывать круг, сходиться в центре, затем отступать на место; ходить по кругу друг за другом ритмично, четко, взмахивая руками; бежать друг за другом легким шагом на носках без высокого подъема ног и высоко поднимая ноги; бежать друг за другом, выбрасывая ноги вперед (руки на поясе); двигаться по кругу приставными шагами, останавливаясь по сигналу; двигаться приставными шагами с приседаниями; ходить парами по кругу (свободную руку держать на поясе или держать в ней предмет, девочки держат край платья), следить за выразительностью движения; соблюдать расстояние между парами при движении парами; поднимать плавно руки вверх, в стороны, убирать их за спину, за голову, поворачивая кисти рук.

Планируемые результаты

Минимальный уровень

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.

Достаточный уровень

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по

- выполнять плясовые движения по показу учителя;
- организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя.

Система оценки

Так как учебный предмет «Ритмика» является коррекционным курсом и входит в состав элемента учебного плана «Коррекционно-развивающая область», он не подразумевает отметочного оценивания учащихся.

В соответствии с требованиями Стандарта для обучающихся с умственной отсталостью оценке подлежат личностные и предметные результаты.

Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений, обучающихся в различных средах.

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов. При этом некоторые личностные результаты могут быть оценены исключительно качественно.

Результаты анализа должны быть представлены в следующей форме:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Подобная оценка необходима для выработки ориентиров в описании динамики развития социальной (жизненной) компетенции обучающегося. Результаты оценки личностных достижений заносятся в Индивидуальную программу сопровождения обучающегося, что позволяет не только представить полную картину динамики целостного развития обучающегося, но и отследить наличие или отсутствие изменений по отдельным жизненным компетенциям.

Оценка **предметных результатов** должна базироваться на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

Усвоенные обучающимися даже незначительные по объему и элементарные по содержанию знания и умения должны выполнять коррекционно-развивающую функцию, поскольку они играют определенную роль в становлении личности обучающегося и овладении им социальным опытом.

При реализации данной программы используется три формы контроля: индивидуальный, подгрупповой, групповой. Который в свою очередь делится на типы: внешний контроль учителя за деятельностью учащегося, взаимоконтроль и самоконтроль учащихся. Контроль проводится вводный (в начале года), текущий и итоговый.

Способы определения результативности:

- тестирование в начале и конце учебного года.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во час	Дата
1	Введение. Что такое ритмика.	1	
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	

	Повороты и наклоны корпуса.		
5	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	1	
6	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	1	
7	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук	1	
8	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1	
9	Ритмико – гимнастические упражнения (приседания с опорой и без опоры). Хлопки в такт музыки. Элементы русской пляски: шаг, подбоченившись двумя руками.	1	
10	ОРУ в определенном ритме и темпе (прохлопывание и протопывание). Маховые движения рук на счет.	1	
11	Ритмико – гимнастические упражнения (зарядка, поскоки с ноги на ногу, притопы).	1	
12	Тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.	1	
13	Музыкальные игры с предметами.	1	
14	Упражнение «Пальчики и ручки». Подвижные игры под музыку в разном темпе с пением и речевым сопровождением	1	
15	«Ой, на горе - то». Создание музыкально – двигательного образа». Упражнения для пальцев рук.	1	
16	Обобщающий урок по теме «Музыкально – двигательный образ»	1	
17	«Ой, на горе - то». Создание музыкально – двигательного образа»	1	
18	Игры с пением или речевым сопровождением. Танцевальные упражнения парами: бег, ходьба, кружение на месте	1	
19	Музыкальные игры с предметами. Танцевальные упражнения парами.	1	
20	Имитационные упражнения и игры. Танцевальные упражнения парами.	1	
21	Танцевальные упражнения парами с предметами.	1	
22	Создание групповой музыкально – танцевальной композиции.	1	
23	Создание групповой музыкально – танцевальной композиции: выстраивание в круг, взявшись за руки	1	
24	Игры с пением и речевым сопровождением.	1	
25	Упражнения на расслабление мышц. Игры под музыку: имитационные упражнения	1	
26	Дыхательные упражнения.	1	
27	Упражнения с мячами. Основные движения танца. Хоровод. Русская народная мелодия «Во поле береза стояла»	1	
28	Парная пляска (движение парами, бег, ходьба, кружение)	1	
20	Парная пляска (движение парами, бег, ходьба, кружение)	1	
30	Упражнения на координацию движений.	1	
31	Игры с пением и речевым сопровождением.	1	
32	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.	1	

Литература

1. Агапова И.А., Давыдова М.А. Лучшие музыкальные игры для детей. – М.: ЛАДА, 2006.
2. Алексеева Е. П. Коллекция лучших физминуток для 1-4 классов. Методическое пособие. – М., Аркти, 2010.
3. Колодницкий Г.А. «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры»: метод. пособие. - Москва, Дрофа, 2003 г.
4. Коррекционная ритмика. М.А. Касицына, И.Г. Бородина. - М.: Изд. ГНОМ и Д, 2007.
5. Методическое пособие «Обучение учащихся I - IV классов вспомогательной школы». – М: « Просвещение», 2006.
6. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 0-4 класс под редакцией И.И.Воронковой. - М.: Просвещение, 2013.

Оборудование

Записи детских песен, гимнастические предметы, музыкальный центр, обручи, гимнастические палки, коврики, платочки, флажки и пр.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 595079120666552259363833422548667397541845386418

Владелец Павлова Наталья Владимировна

Действителен с 16.08.2024 по 16.08.2025