Приложение № 10

к адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальные нарушения)

МОУ «Бердюгинская СОШ», утвержденной приказом МОУ «Бердюгинская СОШ»

от 28.08.2019 № 74/3

**Рабочая программа**

**коррекционно-развивающих занятий**

**«РИТМИКА»**

1-4 классы

д. Бердюгина,

2019 г

**Пояснительная записка**

В системе проводится коррекционно-развивающая работа, предусматривающая организацию и проведение занятий, способствующих социально-личностному развитию обучающихся с умственной отсталостью, коррекции недостатков в психическом и физическом развитии и освоению ими содержания образования. Преподавание ритмики в образовательном учреждении с обучающимися с умственной отсталостью обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы.

Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

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

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями)»,
3. Письма Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03 – 296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного стандарта общего образования».
4. Федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений (утверждены приказом Минобрнауки России от 04.10.2010 г № 986, зарегистрирован в Минюсте России 03.02.2011 г., регистрационный номер 19682).
5. Федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (утверждены приказом Минобрнауки России от 28.12.2010 г № 2106, зарегистрирован в Минюсте России 02.02.2011 г., регистрационный номер 19679).
6. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно –эпидемиологическое требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (утверждены приказом Минобрнауки России от 29.12.2010 г № 3189, зарегистрирован в Минюсте России 03.03.2011 г., регистрационный номер 19 993).
7. Программы для 1 – 4 классов специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой, автор А.А. Айдарбекова.,допущенной Министерством образования РФ.  Издательство М.: «Просвещение», 2013 г.

**Цель предмета:** исправление недостатков психического и физического развития детей **средствами музыкально-ритмической деятельности.**

**Задачи:**

o развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.

o развитие общей и речевой моторики,

o эмоционально-волевое развитие учащихся,

o воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

*Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии.* Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

* Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
* Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
* Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
* Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
* Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

* ритмопластика и ритмическая гимнастика;
* логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
* психогимнастика под музыку;
* корригирующие игры с пением;
* коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
* коммуникативные танцы;
* хореографические этюды с предметами и без предметов;
* элементы музицирования;
* импровизация;
* ритмический диктант;

Во время проведения занятий используются здоровьесберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи, соотношение статического и динамического компонента урока. рациональность использования оптимального времени урока (3-25-я мин.), размещение учащихся в зале с учетом их особенностей здоровья (нарушения зрения, осанки, рост), активность и работоспособность учащихся на разных этапах урока. интерес к теме или уроку. распределение психической и физической нагрузки, облегченная одежда, проветривание, влажная уборка.

В результате реализации программы внеурочной деятельности обеспечивается достижение обучающимися с умственной отсталостью:

**Предметные результаты** курса коррекционно-развивающих занятий «Ритмика»

**1 класс**

Минимальный уровень:

* 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 (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
* ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
* ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
* ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
* соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
* выполнять игровые и плясовые движения;
* выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
* начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень:

* уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
* соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
* легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

**2 класс**

Минимальный уровень:

* уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
* соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
* легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень:

* уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
* соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
* самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
* передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
* самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
* повторять любой ритм, заданный учителем;
* задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

**3 класс**

Минимальный уровень:

* уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
* соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
* самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
* передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
* передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
* повторять любой ритм, заданный учителем;
* задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Достаточный уровень:

* самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
* четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
* отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
* различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**4 класс**

Минимальный уровень:

* 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.

Достаточный уровень:

* знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;
* уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;
* знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;
* уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

**Содержание курса «Ритмика»:**

***1 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | ***1 уровень -*** знать пространственные понятия, понятия «исходное положение», «линия», «колонна», «круг»;  ***2 уровень*** - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю; равняться в шеренге, колонне; ходить и бегать по кругу с сохранением дистанции;  ***3 уровень*** - входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение, приветствовать учителя;  ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях; |
| ***2*** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать названия всех частей тела; знать основные упражнения;  ***2 уровень*** – выполнять несложные движения руками и ногами; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме;  ***3 уровень*** – выполнять задания после показа и по словесной инструкции; придумывать и показывать простейшие упражнения для разных частей тела; |
| ***3*** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать музыкальные инструменты; знать звучание музыкальных инструментов; знать и отличать понятия «громко-тихо», «быстро-медленно»;  ***2 уровень*** – начинать и заканчивать движения по сигналу музыки; соотносить темп движений с музыкальным сопровождением;  ***3 уровень*** – определять настроения музыки (веселая, грустная, спокойная); координировать движения в соответствием с характером музыки; |
| ***4*** | Игры под музыку. | Групповое занятие | ***1 уровень -*** знать правила игр;  ***2 уровень*** – целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя;  ***3 уровень*** – выполнять игровые движения после показа учителем; играть, соблюдая правила; выразительно передавать игровой образ; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать названия движений и упражнений;  ***2 уровень*** – ловко и быстро переходить от одного движения к другому;  ***3 уровень*** – выполнять плясовые движения; уметь работать в паре. |

***2 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | ***1 уровень -*** знать пространственные понятия, понятие «дистанция»  ***2 уровень*** - сохранять правильную дистанцию в колонне парами;  ***3 уровень*** - организованно строиться; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя со звуковым и музыкальным сигналами; |
| ***2*** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать понятие «исходное положение», знать исходное положение всех упражнений и движений; знать названия некоторых движений и упражнений;  ***2 уровень*** – выполнять общеразвивающие движения в определенном темпе и ритме;  ***3 уровень*** – самостоятельно выполнять упражнения, заданные словесной инструкцией учителя; |
| ***3*** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать понятия «музыкальный акцент», «темп»;  ***2 уровень*** – ощущать смену частей музыкального произведения;  ***3 уровень*** – самостоятельно координировать движения в соответствии со звучанием музыки; |
| ***4*** | Игры под музыку. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать о нюансах в музыке;  ***2 уровень*** – начинать и заканчивать игру с началом и окончанием музыки;  ***3 уровень*** – легко, непринужденно выполнять игровые движения; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать музыку, используемую для отдельных танцев и танцевальных движений;  ***2 уровень*** – соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движений;  ***3 уровень*** – легко, непринужденно выполнять игровые и плясовые движения. |

***3 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | ***1 уровень*** - знать и понимать направления движения, знать особенности перестроений в разные фигуры;  ***2 уровень*** - соблюдать правильную дистанцию в колонне по три, в концентрических кругах; рассчитываться на первый, второй, третий для построения в колонну;  ***3 уровень*** - ориентироваться в пространстве зала и любого другого помещения; |
| ***2*** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать особенности выполнения упражнений для основных групп мышц;  ***2 уровень*** – принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;  ***3 уровень*** – самостоятельно выполнять требуемые упражнения; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; |
| ***3*** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать понятие «ритм», иметь представление о частях музыкального произведения;  ***2 уровень*** – ощущать смену частей музыкального произведения; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;  ***3 уровень*** – уметь четко и быстро скоординировать свои движения под любую, даже не знакомую музыку; |
| ***4*** | Игры под музыку. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать и повторять текст считалок и танцевальных игр;  ***2 уровень*** – повторять ритм, заданный учителем, задавать ритм самим;  ***3 уровень*** – легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые движения; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать названия танцевальных элементов и комбинаций;  ***2 уровень*** – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;  ***3 уровень*** – приобретение опыта публичного выступления; |

***4 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | ***1 уровень -*** знать все пространственные понятия; знать правила работы в группе;  ***2 уровень*** - четко, организованно перестраиваться;  ***3 уровень*** - самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; |
| ***2*** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать названия всех упражнений и особенности их выполнения;  ***2 уровень*** – выполнять упражнения с соблюдением всех правил;  ***3 уровень*** – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; |
| ***3*** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать характер музыкального произведения, знать понятие «ритмический рисунок»; знать двухчастную и трехчастную формы музыки;  ***2 уровень*** – уметь различать двухчастную и трехчастную формы музыки,  ***3 уровень*** – передавать в движении ритмический рисунок мелодии; |
| ***4*** | Игры под музыку. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать правила игр;  ***2 уровень*** – быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;  ***3 уровень*** – играть, соблюдая правила; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать названия движений народного танца, отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, различать основные характерные движения некоторых народных танцев;  ***2 уровень*** – самостоятельно менять движение, в соответствии с музыкальным сопровождением;  ***3 уровень*** – самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; |

**Достижение личностных результатов:**

* 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;
* понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире
* развитие танцевальных навыков,
* развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
* расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,
* освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,
* способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
* способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

**Достижение базовых учебных действий:**

- познавательных учебных действий:

* определять и формулировать цель деятельности  с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
* умение ставить и формулировать проблемы;
* навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

- регулятивных учебных действий:

* использование речи для регуляции своего действия;
* адекватное восприятие  предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
* умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

- коммуникативных учебных действий:

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* обращаться за помощью;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

***Формы, и средства проверки и оценки результатов обучения***

Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке; организации ритмических игр; проведении творческих выступлений.Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в конкурсных мероприятиях или выполнения им некоторых работ. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

* по оценке творческой продукции ребенка – исполнению им комплексов упражнений по   
  ритмической гимнастике, танцев, песен; игре на простых музыкальных инструментах,   
  участию в различных сценических представлениях;
* по повышению уровня общей и физической культуры;
* по введению речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;
* по отношениям в коллективе.

**Тематическое планирование с указанием количества часов отводимых на изучение каждой темы**

**1 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п.п. | Тема занятия | Количество часов |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве | 8 |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения | 8 |
| 3 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 8 |
| 4 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 8 |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 8 |
| 6 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 8 |
| 7 | Игры под музыку | 8 |
| 8 | Танцевальные упражнения | 2 |
|  | Итого | 68 |

**2 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п.п. | Тема занятия | Количество часов |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве | 10 |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения | 10 |
| 3 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 10 |
| 4 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 10 |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 10 |
| 5 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 10 |
| 6 | Игры под музыку | 9 |
| 7 | Танцевальные упражнения | 9 |
|  | Итого | 68 |

**3 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п.п. | Тема занятия | Количество часов |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве | 10 |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения | 10 |
| 3 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 10 |
| 4 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 10 |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 10 |
| 6 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 10 |
| 7 | Игры под музыку | 4 |
| 8 | Танцевальные упражнения | 4 |
|  | Итого | 68 |

**4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п.п. | Тема урока | Количество часов |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве | 8 |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения | 10 |
| 3 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 8 |
| 4 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 6 |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 10 |
| 6 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 8 |
| 7 | Игры под музыку | 8 |
| 8 | Танцевальные упражнения | 10 |
|  | Итого | 68 |