

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета

Протокол № 1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБОУ школы-интерната № 22
Иванова И.Ю.

Приказ №250 от 31.08.2023

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат № 22 Невского района Санкт-Петербурга

Рабочая программа

по ритмике

для 4а класса

на 2023-2024 учебный год

учитель: Бугаева Е.С.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Преподавание ритмики направлено на коррекцию недостатков психического и физического развития детей с интеллектуальной недостаточностью средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших школьников с интеллектуальной недостаточностью, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, координировать движения, танцевать.

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 применяются для развития у детей подвижности, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук, ног, туловища. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что детей с интеллектуальной недостаточностью часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает координацию.

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, её 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. Дыхательная гимнастика, исполнение под музыку стихов, музыкально-словесные игры, 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.

ЦЕЛЬ: развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки, коррекция и компенсация высших психических функций, эмоционально-волевой и двигательной сферы.

Задачи:

- образовательные:
 - обучение слушанию музыки;
 - формирование знаний о музыке с помощью изучения произведений различных жанров;
 - обучение выполнению под музыку разнообразных движений;
 - обучение пению, танцам, игре на простейших музыкальных инструментах.
- коррекционно-развивающие:
 - развитие представлений учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем;
 - развитие ловкости, быстроты реакции, точности движений;
 - развитие слухового восприятия;
 - развитие дыхательного аппарата и речевой моторики;
 - корригирование мышления, памяти, внимания;
 - развитие подвижности пальцев при игре на детских музыкальных инструментах;
 - корригирование эмоционально-волевой сферы.

Основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся:

- воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека. Ценности: любовь к России, своему народу, своей малой родине, родному языку; закон и правопорядок; свобода и ответственность.
 - формирование стремления достойно представлять родную культуру;
 - формирование уважительного отношения к своей стране, гордость за её достижения и успехи;
 - развитие потребности и способности представлять культуру родной страны, участвовать в межкультурной коммуникации;
 - знакомство с традиционными ценностями многонационального российского общества.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания. Ценности: нравственный выбор; справедливость; милосердие; честь; достоинство; любовь; почитание родителей; забота о старших и младших.
 - формирование адекватных способов выражения эмоций и чувств;
 - формирование уважительного отношения к старшим, доброжелательного отношения к младшим;
 - формирование этических чувств: доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания чувств других людей и сопереживания им, готовности прийти на помощь;
 - формирование чувства собственного достоинства и уважения к достоинству других людей;
 - установление дружеских взаимоотношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке;
 - развитие уверенности в себе и своих силах;
 - формирование вежливого, доброжелательного отношения к другим участникам учебной и коллективной творческой деятельности.

- Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни. Ценности: трудолюбие; творчество; познание; целеустремлённость; настойчивость в достижении целей.
 - формирование уважения к труду и творчеству старших и сверстников;
 - формирование положительного отношения к учебному процессу; умения вести себя на уроках;
 - развитие познавательных потребностей; потребности расширять кругозор; проявлять любознательность;
 - умение проявлять дисциплинированность, последовательность, настойчивость и самостоятельность в выполнении учебных и учебно-трудовых заданий;
 - развитие потребности и способности выражать себя в доступных видах творчества (танец);
 - развитие стремления активно участвовать в мероприятиях класса, школы;
 - развитие уверенности в себе и своих силах.
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Ценности: здоровье физическое, здоровье социальное (здоровье членов семьи и школьного коллектива); активный, здоровый образ жизни.
 - стремление не совершать поступки, угрожающие собственному здоровью и безопасности;
 - формирование потребности в здоровом образе жизни и полезном времяпрепровождении;
 - понимание важности физической культуры и спорта для здоровья человека;
 - стремление к активному образу жизни.
- Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание). Ценности: красота; гармония; духовный мир человека; художественное творчество.
 - развитие умения видеть красоту в окружающем мире, в труде, творчестве, поведении и поступках людей;
 - развитие интереса к чтению, произведениям искусства, спектаклям, концертам, выставкам;
 - развитие интереса к занятиям художественным творчеством;
 - стремление выразить себя в различных видах творческой деятельности;
 - стремление к опрятному внешнему виду.

Нормативные документы

Программа по ритмике составлена на основании:

- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
- Положения о рабочей программе, принятого решением Управляющего совета 08.06.2021 г., протокол № 5.
- Плана внеурочной деятельности, реализующего адаптированную основную общеобразовательную программу обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ФГОС, вариант 1 на 2023 – 2024 учебный год.
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 1 вариант.

Рабочая программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю) в 2022–2023 учебном году. Реализация учебной программы обеспечивается специально подобранным У.М.К.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределение содержания программы, исходя из психофизиологических особенностей класса. Использование современных технологий: информационно-коммуникационные, личностно-ориентированное обучение, здоровье сберегающие, игровые и другие.

Формы организации учебного процесса:

- фронтальные;
- групповые;
- индивидуальные;
- коллективные.

Текущий контроль успеваемости проводится в следующих формах:

- устный опрос;
- самостоятельная работа;
- практическая работа;

В соответствии со ст. 16. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», организации, осуществляющие образовательную деятельность, вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ.

Реализация образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий осуществляется при наличии у обучающихся персонального компьютера/ноутбука/планшета (за исключением мобильных средств связи, согласно СанПиН 2.4. 3648–20), любое из этих устройств должно иметь выход в интернет.

В этом случае для обучающихся готовятся задания с указанием контрольных сроков их выполнения, которые размещаются на официальном сайте ОУ в специальном разделе или высылаются доступными для обучающихся способами.

Информационно-коммуникационные средства, используемые в школе-интернате: социальная сеть «ВКонтакте», мессенджеры (Skype, WhatsApp Web), облачные сервисы Яндекс, Mail, Google, электронная почта.

В обучении с применением дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности:

- консультация;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа.

Использование технологий электронного обучения в образовательном процессе предполагает следующие виды учебной деятельности:

Вид учебной деятельности	Форма, режим	Этап изучения материала
Установочные занятия	Очная, заочная, в индивидуальном или групповом режиме – в зависимости от особенностей и возможностей обучающихся (режим online или offline)	Перед началом обучения, перед началом курса, перед началом значимых объемных или сложных тем курса
Самостоятельное изучение материала	Заочная, на основе рекомендованных информационных источников (режим online или offline)	Во время карантина или переноса учебных занятий

Консультирование	Индивидуально или в группе, в режиме online или offline	В процессе изучения учебных курсов – по мере возникновения затруднений у обучающегося
Контроль	Заочно (в режиме online или offline)	По завершении отдельных тем или курса в целом

Текущий контроль при организации освоения образовательных программ или их частей с применением дистанционных образовательных технологий может организовываться в следующих формах:

- электронный опрос с применением интерактивных заданий;
- устный опрос при проведении урока, занятия в режиме online;
- выполнение практического задания (индивидуально или в группах);
- выполнение индивидуального или группового творческого задания;

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа состоит из четырех разделов: **«Игроритмика»**, **«Игрогимнастика»**, **«Игротанцы»**, **«Оздоровительная гимнастика»**. На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока отводится различное количество времени на каждый раздел, имея в виду, что в начале и конце урока включены упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

«Игроритмика». Ходьба на каждый счет и через счет; хлопки, удары ног, «топотушки» на сильные и слабые доли такта; определение музыкального размера 4/4 и 3/4.

«Игрогимнастика». Строевые упражнения – перестроения из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге, перестроения из круга в две колонны по выбранным водящим; шаги в разных направлениях по залу; строевые приемы «направо», «налево», «кругом» при шаге на месте. Общеразвивающие упражнения – без предметов, с предметами, с платочком и т. п.

«Игротанцы». Хореографические упражнения – поклон для мальчиков, реверанс для девочек, русский поклон; танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью; приседы, полуприседы и подъемы на носки; подъемы ног и махи ногами; прыжки с упором на опору. Танцевальные шаги – мягкий, острый, скрестный шаги; шаг галопа; шаг польки; шаг с подскоком; русский переменный шаг, шаг с притопом, русский шаг – припадание; комбинации из изученных танцевальных шагов.

«Оздоровительная гимнастика». Пальчиковая гимнастика; упражнения йоги; упражнения на формирование правильной осанки.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

В результате реализации курса внеурочной деятельности могут быть достигнуты следующие **личностные результаты**:

- 1) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях;
- 2) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 3) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 4) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

- 5) сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 6) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 7) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 8) наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Предметные результаты АООП по ритмике включают освоение обучающимися с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) специфических умений, знаний и навыков для данной предметной области.

АООП по ритмике определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень:

- уметь совершать простые движения под музыку;
- уметь совершать элементарные движения на ориентировку в пространстве под музыку;
- уметь простучать (прохлопать) простой ритм под музыку;
- выполнять движения в соответствии с динамикой музыки;
- выполнять различные перестроения будучи в роли ведомого;
- выполнять танцевальные шаги по подражанию;
- выполнять танцевальные упражнения по подражанию.

Достаточный уровень:

- определять музыкальный размер 4/4 и 3/4
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами);
- выполнять заданные перестроения будучи в роли водящего;
- выполнять танцевальные шаги по вербальной инструкции;
- выполнять танцевальные упражнения по вербальной инструкции.

Тематическое планирование

№ урока	Тема	Кол-во часов
1.	Разучивание поклона и реверанса	1 ч.
2.	Ходьба на каждый счёт	1 ч.
3.	Ходьба через счёт	1 ч.
4.	Упражнения йоги	1 ч.
5.	Упражнения на формирование правильной осанки	1 ч.
6.	Танцевальные шаги – мягкий, острый, скрестный шаги	1 ч.
7.	Перестроения из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге	1 ч.
8.	Перестроения из круга в две колонны по выбранным водящим	1 ч.
9.	Шаги в разных направлениях по залу	1 ч.
10.	Повторение пройденного материала	1 ч.
11.	Хлопки на сильные и слабые доли такта	1ч.
12.	Удары ногой на сильные и слабые доли такта	1ч.
13.	«Топотушки» на сильные и слабые доли такта	1 ч.
14.	Строевые приемы «направо», «налево», «кругом» при шаге на месте.	1 ч.
15.	Определение музыкального размера 4/4	1 ч.
16.	Определение музыкального размера 3/4	1 ч.
17.	Русский поклон.	1 ч.
18.	Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью	1 ч.
19.	Приседы, полуприседы и подъемы на носки	1 ч.
20.	Подъемы ног и махи ногами	1 ч.
21.	Прыжки с упором на опору	1 ч.
22.	Общеразвивающие упражнения – без предметов	1 ч.
23.	Общеразвивающие упражнения – с предметами	1 ч.
24.	Общеразвивающие упражнения – с платочком, шалью, картузом и т.п.	1 ч.
25.	Пальчиковая гимнастика	1 ч.
26.	Повторение пройденного материала	1 ч.

27.	Шаг галопа	1 ч.
28.	Шаг польки	1 ч.
29.	Шаг с подскоком	1 ч.
30.	Русский переменный шаг	1 ч.
31.	Русский шаг – шаг с притопом	1 ч.
32.	Припадание	1 ч.
33.	Комбинации из изученных танцевальных шагов;	1 ч.
34.	Повторение пройденного материала	1 ч.