

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа – интернат №37
Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

Рассмотрена
на заседании МО учителей
(протокол № 1
от 27 августа 202 года)

Принята
решением педагогического
совета
(протокол № 1
от 31 августа 202 года)

Утверждена
приказом директора
ГБОУ школы- интерната № 37
(приказ № 83/12-ОД
от 01 сентября 2025 года)

Руководитель МО _____

Секретарь: _____
/Кириллова О.П./

Директор: _____
/Орлова О.А./

Рабочая программа

внеурочной деятельности
по коррекционному курсу
Двигательное развитие (Ритмика)
для 1 класса (2 вариант)

Пояснительная записка

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

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать её характер (весёлая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приёмы движений и характер упражнений.

Движения под музыку оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, создают благоприятную основу для совершенствования таких 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.

Цели и задачи, решаемые при реализации коррекционного курса

Цель – осуществление коррекции недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности

Задачи:

- учить ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения.
- выполнять игровые и плясовые движения.
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Общая характеристика коррекционного курса

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, движения к определённой цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умении ориентироваться в нём.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. Развивает ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы рук. 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 слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать её характер (весёлая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приёмы движений и характер упражнений.

Движения под музыку оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, 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, развивает у ребёнка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, попевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия ритмикой эффективны для восприятия положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных коллективных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов:

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

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и в конце урока должны быть упражнения на снятие напряжений, расслабление, успокоение.

Упражнения на ориентировку в пространстве

Учить детей овладевать ходьбой под веселую, маршевую музыку. Учитель сначала показывает, как ходит кукла (желательно использовать куклу большого размера), напевая: «Наша куколка идет, ни за что не упадет...», затем предлагает походить детям, говоря, что кукла теперь посмотрит на них (сначала наиболее активные дети могут походить одни, остальные наблюдают, затем идут все дети).

Ритмико-гимнастические упражнения

Учить детей слушать знакомую мелодию или песню, подражая действиям учителя, помахивать ленточкой в заключение песни или мелодии.

Учить детей выполнять более развернутые движения одного образа (зайчик прыгает, мишка ходит и т.п.) под контрастную музыку.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Учить детей играть погремушкой под пение песни или мелодии.

Учить детей слушать мелодию маршевого характера.

Педагог показывает детям барабан, играет на нем, предлагаем тем, кто хочет поиграть на барабане.

Игры под музыку

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Большинство детей не умеют или не решаются выражать своё отношение к музыке в движениях. Необходимо возбудить у них желание двигаться, когда звучит музыка. Для этого вначале целесообразно предложить им задания подражательного типа под мелодию, характерную для данного образа. Причём учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например, «Зайчик» (подпрыгивание), «Кошечка» (мягкий шаг), «Мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить «будете двигаться», а не «бегать», «прыгать», «шагать»). Не следует предъявлять сразу слишком большие требования к чёткости и выразительности исполнения. Эти навыки учащиеся приобретают постепенно, по мере овладения в процессе упражнений различными видами движений. Предварительное прослушивание музыки при импровизации не рекомендуется, ученики должны находить нужное движение под непосредственным её воздействием. Но если большинство детей неверно реагируют на данную мелодию, учителю следует постепенно подводить их к правильному решению. Такой подход способствует преодолению скованности, стеснения, придаёт ученикам уверенность в своих силах. На этом этапе работы не рекомендуется отмечать более успевающих, иначе все дети начнут перенимать их движения.

Танцевальные упражнения

Учить детей выполнять простейшие плясовые движения под веселую народную мелодию (хлопки, повороты кистей рук, топанье одной ногой, пружинка). Учитель привлекает к пляске каждого ребенка.

Уроки ритмики следует проводить в просторном зале, оснащённом всем необходимым инвентарём: музыкальный инструмент для учителя, проигрыватель с набором пластинок, магнитофон, предметы для выполнения упражнений на каждого ученика (разноцветные флажки, шары, ленты, платочки, обручи, мячи, скакалки, погремушки, бубны, барабаны), детские музыкальные инструменты (пианино, аккордеоны, духовые гармоника). В зале также необходимо иметь стульчики и подставки для игры на детских музыкальных инструментах. На занятиях мальчики могут приходить в спортивной форме, девочки в футболке, и юбочке, на ногах мягкие тапочки.

Вход в зал должен быть организованным. Учащиеся, построившись в шеренгу, приветствуют учителя: мальчики - лёгким поклоном головы, девочки - полуприседанием, взявшись за края юбочек.

На уроке необходимо осуществлять дифференцированный подход, регулируя физическую и двигательную нагрузку каждого ребёнка с учетом рекомендаций врача.

2. Место предмета в учебном плане

В соответствии с недельным учебным планом общего образования обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями) на предмет «Ритмика» отводится 1 час в неделю (34 ч/в год).

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с умеренной, тяжелой умственной отсталостью

Для обучающихся получающих образование по варианту 2 адаптированной основной общеобразовательной программы образования, характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие и обучение.

У обучающихся данного класса отмечается выраженное недоразвитие мыслительной деятельности, препятствующее освоению предметных учебных знаний. Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается своеобразное нарушение всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического. У детей затруднено формирование устной и письменной речи, что требует для большей части обучающихся использования разнообразных средств невербальной коммуникации, а также логопедической коррекции. Внимание у большинства учащихся класса отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, неустойчивости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий, однако, при продолжительном и направленном использовании методов и приемов коррекционной работы становится заметной положительная динамика общего психического развития детей, особенно при умеренном недоразвитии мыслительной деятельности.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего, восприятия, мышления, внимания, памяти и др. непродуктивными оказываются подходы, требующие формирования абстрактно-логического мышления и речемышлительных процессов. В этой связи возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента содержания обучения математике. Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо и гиперсензитивности. В связи с неразвитостью волевых процессов дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Планируемые результаты коррекционного курса

2.1 Предметные результаты обучения.

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному.
- 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.
- выполнять игровые и плясовые движения.
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучание музыки

2.2 Базовые учебные действия

Группа БУД	Формируемые учебные действия и умения
1. Нахождение и обучение в среде сверстников, эмоциональное и коммуникативное взаимодействие с группой обучающихся.	Формирование благоприятного социально-психологического климата в классе
2. Формирование учебного поведения:	- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);
	- умение выполнять инструкции педагога;
	- использование по назначению учебных материалов;
3. Формирование умения выполнять задание:	- умение выполнять действия по образцу и по подражанию.
	- в течение определенного периода времени,
	- от начала до конца,
4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.	- с заданными качественными параметрами.
	- Умение следовать инструкции педагога.

4. Система оценки достижения планируемых результатов

Текущая аттестация обучающихся включает в себя полугодовое оценивание результатов освоения программы

Промежуточная (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения программы и развития жизненных компетенций ребёнка по итогам учебного года.

Годовая аттестация осуществляется в течение последних двух недель учебного года путем наблюдения за выполнением обучающимися специально подобранных заданий, позволяющих выявить и оценить результаты обучения. При оценке результативности обучения обучающихся учитываются затруднения в освоении программы

Система оценки результатов отражает степень освоения следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода,
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

При оценке результативности обучения учитываются особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося. Выявление результативности обучения происходит вариативно с учетом психофизического развития

ребенка в процессе выполнения перцептивных, речевых, предметных действий, графических работ и др. При предъявлении и выполнении всех видов заданий обучающимся может оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям и др. При оценке результативности достижений также учитывается степень самостоятельности ребенка. Оценка выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях, основанных на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий:

- «выполняет действие самостоятельно»,
- «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной),
- «выполняет действие по образцу»,
- «выполняет действие с частичной физической помощью»,
- «выполняет действие со значительной физической помощью»,
- «действие не выполняет»;
- «узнает объект»,
- «не всегда узнает объект»,
- «не узнает объект».

Выявление представлений, умений и навыков обучающихся создает основу для корректировки программы. В случае затруднений в оценке сформированности действий, представлений в связи с отсутствием видимых изменений, обусловленных тяжестью имеющихся у ребенка нарушений, оценивается его эмоциональное состояние, другие возможные личностные результаты.

При оценке результативности обучения мы учитывали следующие факторы и проявления:

- особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося;
- выявление результативности обучения происходит вариативно с учетом психофизического развития обучающегося в процессе выполнения перцептивных, речевых, предметных действий, графических работ;
- в процессе предъявления и выполнения всех видов заданий обучающимся оказывается помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям;
- при оценке результативности достижений учитываем степень самостоятельности ребенка.

Критерии оценки уровня сформированности навыка

Баллы	Уровень сформированности
0	Навык или умение отсутствует
1	Пассивное участие (действие выполняется взрослым, ребенок позволяет что-либо делать с ним)
2	Навык или умение проявляются иногда при значительной помощи взрослого
3	Навык или умение проявляются иногда при частичной помощи взрослого
4	Навык или умение проявляются иногда, ребенок выполняет действие самостоятельно
5	Навык или умение проявляются в большинстве случаев, ребенок выполняет действие самостоятельно

4.1 Формы и методы контроля

Критерий (ожидаемый результат)	Параметры	Измерители
готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному	Умение строиться друг за другом.	Наблюдение. Специальные ситуации. Анализ продуктов деятельности. Сравнительный анализ текущей успеваемости.
-приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение.	стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться.	Наблюдение. Специальные ситуации. Анализ продуктов деятельности. Сравнительный анализ текущей успеваемости.
- выполнять игровые и плясовые движения. - начинать и заканчивать движения в соответствии со звучание музыки.	Умение хлопать в ладоши под веселую мелодию, и с ее окончание опустить руки на колени. Умение вращать кистями рук. Умение чередовать хлопанье в ладоши с притопами под изменяющуюся музыку.	Наблюдение. Специальные ситуации. Анализ продуктов деятельности. Сравнительный анализ текущей успеваемости.
играть на музыкальных инструментах.(барабан)	Под громкую музыку играть на барабане. Под тихую на колокольчиках.	Наблюдение. Специальные ситуации. Анализ продуктов деятельности. Сравнительный анализ текущей успеваемости.
слушать музыку.	Умение слушать музыку и топать или легко бежать под неё.	Наблюдение. Специальные ситуации. Анализ продуктов деятельности. Сравнительный анализ текущей успеваемости.

4.2 Система оценки сформированности базовых учебных действий

Группа БУД	Виды заданий на уроке	Способы оценки сформированности действий (с помощью каких заданий можно оценить)	Баллы (от 0 до 5)
1. Нахождение и обучение в среде сверстников, эмоциональное и коммуникативное взаимодействие с группой обучающихся.	Устные. Наглядные-практические. Творческие. Жестовые игры. Ритмические упр. Дидактические. Игры. Пиктограммы	«Приветствие в круге» «Прощание в круге» «Найди свой стул»	от 0 до 5
2. Формирование учебного поведения:	Устные. Наглядные. Творческие. Жестовые игры. Ритмические упр. Дидактические. Игры. Пиктограммы	«Посмотри на меня» «Найди на парте» «Повтори за мной» Ритмические движение вместе с педагогом. « Знакомство с книгой» « Найди в пенале» «Что лишнее?» Игра «можно-нельзя»	от 0 до 5
3. Формирование умения выполнять задание:	Устные. Наглядные. Творческие. Жестовые игры. Ритмические упр. Дидактические. Игры. Пиктограммы	«Кто быстрее» «Кто внимателен» «Выбери правильный ответ» «Отгадывание загадок», «Муз инструменты», « Громко-тихо», «Построй песенку», « Топать-хлопать»	от 0 до 5
4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.	Устные. Наглядные. Творческие. Жестовые игры. Ритмические упр.	Фланелеграф, Пиктограмма, «Найди колокольчик» «Передай мяч».	от 0 до 5

