

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №9
имени М.И. Хилкова»

Рассмотрено на заседании ШМО Протокол № 1 от «20» августа 2024 г.  Гусева О.А./	«Согласовано» Зам. директора по УР  /Калитинец Н.Н./ «20» августа 2024 г.	«Утверждаю»  Директор  /Вахромова Т.А./ Приказ № 65 от «20» августа 2024 г.
--	---	--

**Адаптированная рабочая программа
коррекционного курса
«Ритмика»
2 КЛАСС (вариант 1)**

Учитель: Цуцулаева М.Ф.

п. Сонково
2024-2025 учебный год.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по ритмике для 2 класса составлена на основе «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1—4 классы под редакцией В.В. Воронковой, автор А. А. Айдарбекова. 8-е изд. — М.: Просвещение, 2013», допущенной Министерством образования РФ. Программа рассчитана на один год обучения (на 34 часа). Данная программа предназначена для работы с учащимися 2 класса (возраст 8-11 лет).

Цель программы: коррекция недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

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.

Работа на уроках ритмики строится с учётом следующих принципов:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива;
- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.
- принцип метапредметного подхода.

В Основных положениях специального федерального государственного стандарта для детей с ограниченными возможностями здоровья четко выделены два компонента: «академический», т.е. накопление потенциальных возможностей для активной реализации в настоящем и будущем, и «формирование жизненной компетенции», т.е. овладение знаниями, умениями и навыками уже сейчас необходимыми ребенку в обыденной жизни. Оба компонента неотъемлемые и взаимодополняющие стороны образовательного процесса. Поэтому в программу по ритмике включены знания в области ритмической организации музыки и движений, и практика музыкально-ритмического и танцевального творчества.

Для гарантированного получения школьного образования детей с ограниченными возможностями здоровья за основу взят третий вариант специального стандарта (неценовый), который отвечает их общим и особым образовательным потребностям.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, 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 определённой цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нём.

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

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 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 ребёнка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен 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.

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». В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определён их объём, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако тема урока определяется тем, какой материал на уроке является новым и на какой материал отводится большее количество времени.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища,

головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причём учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «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*).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание.

Обучению умственно отсталых детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков чёткого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.)

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Тематика программы 2 класса(1 ч в неделю)

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг,

пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью (напряжённое и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки, и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.

Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике.

Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, лёгкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Танцы и пляски

Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмель».

Парная пляска. Чешская народная мелодия.

Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

Таблица тематического распределения количества часов

№ п/п	Содержание, разделы	Количество часов	
1	Упражнения на ориентировку в пространстве		5 ч
2	Ритмико-гимнастические упражнения		12ч
3	Игры под музыку		8ч
4	Танцевальные упражнения		9ч
5	Упражнения с детскими музыкальными инструментами (включены в темы других разделов)		6ч.
	Всего		34ч

2. Нормативная база

Программа разработана на основе следующих документов:

1. Конвенция ООН о правах ребёнка (1989 г.);

2. Конвенция ООН о правах инвалидов (2006 г.);
3. Концепция специальных федеральных государственных образовательных стандартов для детей с ограниченными возможностями здоровья, 2009г.
4. Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
5. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373);
6. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897);
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 г № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
8. Концепция Специального Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ограниченными возможностями здоровья / Н.Н. Малофеев, О.И. Кукушкина, О.С. Никольская, Е.Л. Гончарова;
9. Типовое положение о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии (Утверждено Постановлением Правительства РФ от 12.03.1997 г № 288; Письмом Министерства общего и профессионального образования РФ от 04.09.1997 г. № 48 «О специфике деятельности специальных (коррекционных) образовательных учреждений I-VIII видов»;
10. Инструктивное письмо Министерства образования РФ «О специфике деятельности специальных (коррекционных) образовательных учреждений I-VIII видов» от 04.09.1997 г. № 48;
11. Санитарные правила и нормы СанПиН № 4076-86.
12. Санитарные правила и нормы СанПиН 2.4.2.2821-10.

3. Календарно-тематическое планирование «Ритмика» (34 часа- 1час в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Дата по плану	Дата по факту
	1 четверть – 9 часов			
1	Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала.	1		
2	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	1		
3	Движения рук и головы.Круговые движения кистью (напряжённое и свободное).	1		
4	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук.	1		
5	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо).	1		
6	Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении.	1		
7	Передача в движении разницы в двухчастной музыке.Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки, и разгибание другой в медленном темпе с постепеннымускорением.	1		
8	Тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.	1		
9	Закрепление ритмико-гимнастических упражнений.	1		
	2 четверть -7 часов			
10	Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	1		
11	Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение.	1		
12	Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке.Упражнения на расслабление мышц.	1		
13	Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.	1		
14	Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-	1		

	двигательного образа.			
15	Музыкальные игры с предметами.	1		
16	Закрепление ритмико-гимнастических упражнений.	1		
	3 четверть – 10 часов			
17	Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.	1		
18	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами.	1		
19	Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне	1		
20	Упражнения на выработку осанки. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабана двумя палочками одновременно.	1		
21	Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук).	1		
22	Игры с пением и речевым сопровождением. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабана двумя палочками поочередно в разных вариациях.	1		
23	Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1		
24	Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, лёгкие пскоки.	1		
25	Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд.	1		
26	Закрепление танцевальных упражнений.	1		
	4 четверть – 8 часов			
27	Разнообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки.	1		
28	Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения.	1		
29	Выполнение движений в заданном темпе после остановки музыки. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот на детском пианино.	1		

30	Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг.	1		
31	Элементы русской пляски: руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх (для девочек).	1		
32	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.	2		
33	Исполнение русской хороводной пляски.	1		
	Итого	34		

4. Диагностический инструментарий

№ п/п	Критерии и показатели	Уровни		
		А	В	С
1.	Принятие исходного положения	Уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения		Уметь принимать правильное исходное положение с помощью учителя
2.	Построения	Уметь организованно строиться (быстро, точно)	Уметь организованно строиться (точно)	Уметь встать в строй по инструкции учителя
3.	Сохранение правильной дистанции	Уметь сохранять правильную дистанцию в колонне парами		Уметь сохранять правильную дистанцию в паре с более сильным учеником
4.	Определение нужного направления движения	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Уметь определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Понимать слова, обозначающие направление движения.
5.	Темп и ритм движений	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку		Уметь повторять ритмические движения за учителем

6.	Различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении.	Уметь ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями, легко, естественно и непринуждённо выполнять все игровые и плясовые движения.	Уметь ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями, правильно выполнять плясовые движения.	Умение повторить несложные плясовые движения за учителем.
----	--	---	--	---

5. Ожидаемые результаты

Основные требования к умениям учащихся

Учащиеся должны 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 определённом ритме и темпе;
- легко, естественно и непринуждённо выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

6. Список используемой литературы

Основная литература

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1—4 классы / [А. А. Айдарбекова, В. М. Белов, В. В. Воронкова и др.]. - 8-е изд. — М.: Просвещение, 2013.
2. Концепция специальных федеральных государственных образовательных стандартов для детей с ограниченными возможностями здоровья, 2009 г.

Дополнительная литература:

1. Алексеева Е. П. Коллекция лучших физминуток для 1-11 классов. Методическое пособие. – М., Аркти, 2010.
2. Ковалько В. И. Поурочные разработки по физкультуре. -М.: ВАКО, 2012.

3. Ковалько В.И. Школа физкультминуток (1-4классы): практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников.- М.: ВАКО, 2005.
4. Копылов Ю. А., Полянская Н. В. Система физического воспитания в образовательных учреждениях. –М.: Издание: Арсенал образования, 2011.
5. Муравьев В. А., Назарова Н. Н. Гармония физического развития и здоровья детей и подростков. – М.: Дрофа, 2009.
6. Обучение учащихся I—IV классов вспомогательной школы: пособие для учителей / под ред. В. Г. Петровой. — М.: Просвещение, 2007.
7. Патрикеев А. Подвижные игры. 1-4 классы – М.: ВАКО, 2010.
8. Погадаев Г. И. Народные игры на уроках физической культуры и во внеурочное время. 1-11 классы. – М.: Дрофа, 2010.
9. Правдов М.А. Уроки физической культуры. 1-4.- М.: Илекса, 2009.

Интернет – ресурсы:

<http://www.zavuch.info.ru/>

<http://www.uchportal.ru/>

<http://www.schoolexpert.ru/>

<http://festival.1september.ru/>