



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования Иркутской области  
Управление образования администрации  
Иркутского районного муниципального образования  
МОУ ИРМО «Ширяевская СОШ»

РАССМОТРЕНО  
Руководитель МО

  
Т.Н. Петренко  
Протокол №1  
от «30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР

  
Н.В. Сизова  
Протокол №1  
от «31» августа 2023 г.



С.А. Шуткин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ «РИТМИКА»**  
**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7-9 КЛАССОВ**

Разработана и реализуется в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
Вариант 1  
Срок реализации: 1 год

Составитель:  
Буглевская Надежда Викторовна,  
учитель-логопед

Ширяева,

2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» разработана в соответствии со следующими документами:

-Федеральным законом РФ " Об образовании в РФ" №273-ФЗ. от 29.12. 2012г.

-Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

-Примерной адаптированной основной образовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

-Адаптированной основной образовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) образовательной организации.

- Учебным планом и календарным учебным графиком «МОУ ИРМО «Ширяевская СОШ»»

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для обучающихся 7-9 классов с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 рассчитана на 1 час в неделю.

### Общая характеристика коррекционного курса

**Цель** коррекционных занятий по ритмике – осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых школьников средствами музыкально - ритмической деятельности.

В программу по ритмике включены здоровьесберегающие технологии, формирующие компетенцию здоровьесбережения и самосовершенствования. Эти технологии помогают быстро и легко устанавливать дружеские связи с другими детьми. Дают психотерапевтический эффект:

- Эмоциональную разрядку
- Снятие умственной перегрузки
- Снижение нервно – психического напряжения
- Восстановления положительного энергетического тонуса

Основными **задачами** занятий по ритмике являются:

- развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;

- обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;

- расширение кругозора школьников через знакомство с музыкальной культурой

(классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;

- создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;

- формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;

- коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы.

Решение поставленных задач имеет большое значение для коррекции недостатков психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, их познавательных возможностей и интересов.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»**

### **Личностные и предметные результаты**

#### **освоения коррекционного курса «Ритмика».**

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования - введения обучающихся с умственной отсталостью в культуру овладения ими социокультурным опытом.

*Личностные результаты должны отражать:*

осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- формирование эстетических потребностей и чувств;

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» имеют 2 уровня: минимальный и достаточный. Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1.

### **Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов коррекционного курса «Ритмика»**

#### **Минимальный уровень:**

1. Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером музыкального отрывка.
2. Отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменной части музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время задорной, веселой пляски.
3. Различать основные, характерные движения некоторых народных танцев.

#### **Достаточный уровень:**

1. Правильно определять сильную долю.
2. Начинать движение после музыкального вступления, с началом основной мелодии.
3. Прекращать движение с окончанием мелодии.
4. Двигаться в такт музыки.
5. Двигаться в соответствии с музыкальным темпом (быстрым, умеренным, медленным).
6. Менять танцевальное движение в момент начала новой музыкальной фразы.
7. Считать под музыку, просчитывать танцевальные движения.
8. Организованно строиться (быстро, точно).
9. Уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.
10. Знать и правильно выполнять основные движения танца.

#### **Учащиеся должны 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.

### **СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»**

Проведение коррекционных занятий ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

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

Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять разнообразные упражнения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданным направлением, перестроение с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», движение к определённой цели между предметами) осуществляется развитие представлений обучающихся о пространстве и умении ориентироваться в нём.

Упражнения с предметами развивают ловкость. Быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умению ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движения рук. Этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать характер музыки (весёлая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

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, которым должны овладеть учащиеся. Занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности. 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 конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

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

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков, выработку координации движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением, сопоставление пальцев. Задание на координацию рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Обучение танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков чёткого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы, дети знакомятся с названием танцев и их основными движениями (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и другие).

#### **Структура программы по ритмике:**

- музыкально-ритмическая деятельность, которая включает в себя ритмику с элементами лечебной физкультуры, творческие задания на реализацию определённых музыкальных образов, танцевальных упражнений и композиций (тематические занятия, сюжетные занятия, игровые занятия, импровизация.)

- Тематические занятия состоят из подготовительной, основной и заключительной частей, на таком занятии происходит развитие гибкости, пластичности, развитии способности к выразительному исполнению движений (ходьба, бег, прыжки, общеразвивающие упражнения, плясовые движения).
- Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения *подготовительная часть* – разминка, «сказочная зарядка», *основная часть* – музыкально-

ритмическая композиция, соответствующая сценарию, *заключительная часть* – развязка на достижении цели, которые были поставлены в начале урока.

- Игровые занятия – по структуре напоминают сюжетное занятие. Подготовительная часть – разминка, общеукрепляющие упражнения, основная часть – подвижные игры, отражающие тему урока, в заключительной части музыкально- ритмических композиции, соответствующие теме.
- Урок - импровизация, как правило проходит в конце учебного года. Это конкурс - соревнование –итог года, выбираем лучших танцоров, кто лучше повторит за педагогом, конкурс на лучшее исполнение танца «Кузнечик», Два весёлых гуся»
- -музыкально- дидактические игры имеют коррекционную направленность, упражнения носят игровую форму.
- - вокальная деятельность, представленная детским фольклором, ролевыми песнями, играми, вокально-артикуляционной гимнастикой, вокальными играми, упражнениями.

С целью укрепления психического здоровья детей, развития их эмоционально-волевой сферы на занятиях используются *элементы психогимнастики, музыкальные игры на внимание, память, и другие виды ВПФ*. Самое главное, чтобы ребята не теряли интерес к музыке. Все упражнения должны носить образный характер, материал - увлекательный и конечно эмоциональный настрой, эрудированны, чуткий, добрый талантливый музыкальный руководитель играет большую роль в успешности музыкального занятия.

#### Место коррекционного курса в учебном плане

| Класс | Количество часов | Количество часов в учебном году |
|-------|------------------|---------------------------------|
| 7-9   | 1 час в неделю   | 34 часа                         |

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

| № урока | Тема урока  | Кол-во часов |
|---------|---|--------------|
| 1       | Что такое ритмика? Основные понятия. Инструктаж по ТБ на уроках ритмики | 1            |
| 2       | Марш. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 1,2,3                       | 1            |
| 3       | Постановка корпуса. Основные правила                                    | 1            |
| 4       | Позиции рук. Основные правила   | 1            |
| 5       | Позиции ног. Основные правила   | 1            |
| 6       | Музыкальная игра «Что мы видели - не скажем, а что делали - покажем»    | 1            |
| 7       | Повороты туловища с передачей предмета (мяч, лента)                     | 1            |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 8  | Движения на развитие координации. Бег и прыжки                                | 1 |
| 9  | Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина                        | 1 |
| 10 | Движения по линии танца   | 1 |
| 11 | Игры под музыку. Комбинация «Охотники и утки»                                 | 1 |
| 12 | Комбинация «Музыкант»   | 1 |
| 13 | Игра с речевым сопровождением «Кот и мыши»                                    | 1 |
| 14 | Ходьба с проговариванием слов и с хлопками                                    | 1 |
| 15 | Танец «Диско». Элементы танца   | 1 |
| 16 | Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их | 1 |
| 17 | Комбинация «Ладони»   | 1 |
| 18 | Тренировочный танец «Стирка». Разучивание                                     | 1 |
| 19 | Логоритмика «У кота-воркота»  | 1 |
| 20 | Ритмико- гимнастические упражнения  | 1 |
| 21 | Основные движения танца «Полька». Разучивание движений                        | 1 |
| 22 | Танец «Полька». Отработка движений танца                                      | 1 |
| 23 | Игра «Покажи жестами»   | 1 |
| 24 | Исполнение различных ритмов на бубне  | 1 |
| 25 | Упражнения для улучшения гибкости   | 1 |
| 26 | Самостоятельное составление ритмических рисунков на детских муз. инструментах | 1 |
| 27 | Танец «Вару – Вару». Разучивание  | 1 |
| 28 | Танец «Вару – Вару». Закрепление элементов танца                              | 1 |
| 29 | Марш по периметру зала, отработка поворотов                                   | 1 |
| 30 | Тестовая работа в рамках промежуточной аттестации                             | 1 |
| 31 | Ритмико-гимнастические упражнения   | 1 |
| 32 | Игра «Лавата». Разучивание  | 1 |
| 33 | Я - герой сказки. Инсценирование сказок по выбору учащихся                    | 1 |
| 34 | «Лето, ах лето!». Заключительный урок ритмика                                 | 1 |



## **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.**

### **Литература и средства обучения**

#### ***Основная литература***

Программа 1-4 классов коррекционных образовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В. Воронковой. М.: Изд. «Просвещение», 2013.

#### ***Дополнительная литература***

1. Бекина С.И. «Музыка и движение» Москва «Просвещение», 2003 г.
2. Кузнецова О.Л. «Психологические аспекты физической реабилитации детей с нарушениями опорно- двигательного аппарата» Абакан Издательство Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова, 2004 г.
3. Погорельский Ю.М. «Сценарии детских музыкальных представлений» Москва «Литера», 2004 г.
4. Раевская Е.П. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» Москва «Просвещение», 2000 г.
5. Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников» Москва «ГНОМ и Д», 2003г.
6. Чибрикова-Луговская А.Е. «Ритмика» Москва «Дрофа», 2001 г.
7. Программно – методические материалы. Коррекционно – развивающее обучение. Начальная школа: Ритмика. Составитель С.Г. Шевченко. М.: Дрофа, 2001.
8. Методика преподавания ритмики во вспомогательной школе. Москва «Просвещение»,
9. -Журналы «Дефектология»
10. Пустовойтова, М.Б. Ритмика для детей. Учебно – методическое пособие/М.Б. Пустовойтова. - М., Гуманитарный издательский центр «Владос», 2008.
11. Конорова, Е.В. «Танец и ритмика»/Е.В. Конорова. - М: Музгиз,1960.

#### **Средства обучения**

- 1.Музыкальный центр;
- 2.Компьютер;
3. Металлофон;
4. Бубны;
5. Погремушки;
6. Свистульки;
7. Деревянные ложки;
8. Скакалки;
9. Мячи;
10. Обручи;
11. Флажки;
12. Шнур.