

Министерство образования и науки Алтайского края краевое государственное
бюджетное образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с
ограниченными возможностями здоровья «Михайловская общеобразовательная школа-
интернат»

Программа рассмотрена на заседании М/О учителей предметников Протокол № 1 <u>«29 » 08 2023 г.</u>	Согласовано И.о заместителя директора по УР /_____/ Т.Ю.Кабак <u>« 31 » 08 2023 г.</u>	Принято на заседании педсовета Протокол № 1 <u>« 31 » 08 2023 г.</u>	Утверждаю директор школы- интерната /_____/М.А.Убраев Приказ № 141- <u>« 01 » 09 2023 г.</u>
--	---	---	--

Рабочая программа
по учебному предмету

«Ритмика»

1 класс

Вариант 1

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

Составитель: Беленко Ирина Викторовна

Первая квалификационная категория

2023-2024 уч. г.

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Тип программы: адаптированная основная общеобразовательная программа .

Статус программы: рабочая программа по ритмике.

Назначение программы: для обучающихся образовательная программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, право на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг.

Категория обучающихся: учащиеся 1 класса КГБ ОУ Михайловская общеобразовательная школа – интернат».

Сроки освоения программы: 1 год.

Объём учебного времени: 33 часа.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: 1 час в неделю.

Формы контроля : проверочные и контрольные работы, текущий опрос .

Содержание

1.Пояснительная записка.....	4
2.Содержание обучения.....	10
3.Тематическое планирование.....	12

1.Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями)далее ФАООПУО(вариант1),утвержденной приказом Министерства просвещения России от24.11.2022г. №1026(<https://clck.ru/33NMkR>).

- 1.Федерального закона от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- 2.ФАООП УО (вариант 1), (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026 ;
- 3.Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), КГБОУ «Михайловская общеобразовательная школа – интернат»;
- 4.Учебного плана КГБОУ «Михайловская общеобразовательная школа-интернат»;
- 5.Положения о порядке разработки и утверждения рабочей программы предмета, коррекционного занятия КГБОУ «Михайловская общеобразовательная школа-интернат»;
- 6.СанПиН 2.4.3648 – 20 от 18.12.2020 г № 61573 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.»;
- 7.Письма МО РФ№ АФ-150/06 от 18 апреля 2008 г. «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми - инвалидами»;

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

В учебном плане предмет «Ритмика» относится к предметной области «Коррекционно-развивающая область »: 1класс -1 час в неделю, 33 часа в год.

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

Задачи:

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
- развитие общей и речевой моторики,
- эмоционально-волевое развитие учащихся,
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

Планируемые результаты освоения содержания рабочей программы :

- Умение воспринимать инструкции;
- умение участвовать в процессе общения и совместной деятельности;
- умение доводить дело до конца;
- развитие самостоятельности;
- развитие волевых качеств;
- развитие эмоционально-нравственной отзывчивости;

Предметные результаты освоения учебного предмета:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное положение 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.

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 внимания на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;

Соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

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.

Уровни достижения предметных результатов

по учебному предмету «Ритмика» на конец 1класса:

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 и построениями.

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 него 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.

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 внимания на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

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 малоконтрастными построениями;

передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривости т.д.

передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

Система оценки достижения обучающимися с умственной отсталостью планируемых результатов освоения образовательной программы по учебному предмету «Ритмика» в 1 классе

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося во владении социальными(жизненными)компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов-нет фиксируемой динамики;
- 1 балл-минимальная динамика;
- 2балла-удовлетворительная динамика;
- 3балла-значительная динамика.

Критерии и нормы оценки достижений

1. Знания и умения учащихся оцениваются порезультатам их индивидуального и фронтального опроса, самостоятельных работ.
2. При оценке устных ответов принимаются во внимание: правильность ответа по
3. Полнота ответа.
4. Умение практически применять свои знания.
5. Последовательность изложения и речевое оформление ответа.

Оценка устных ответов.

Диагностика

2.Содержание обучения

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

Преподавание ритмики в коррекционной школе VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально- ритмической деятельности.

Ведущей ролью коррекционно-развивающего обучения данному предмету является не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное развитие личности умственно отсталого ребенка, дающее возможность реализации его способностей, подготовка ребенка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

Связь содержания программы с учебными предметами.

Во время занятий по ритмике дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. Содержание обучения направлено на развитие и корригирование координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

Программа содержит 5 разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.

3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.
4. Игры под музыку.
5. Танцевальные упражнения.

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.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ.

Обучению умственно отсталых детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого 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.). 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.

3. Тематическое планирование

№	Тема урока	Кол-во часов	Содержание предмета	Дифференциация видов деятельности		Дата
				Минимальный уровень	Достаточный уровень	
1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение.	1	Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, шеренга	Развитие пространств, умения ориентироваться в нем	Уметь 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.	
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка.	1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	Развитие способности словесному выражению пространственных отношений (движений влево, вправо, назад, вперед, руки вверх- вниз и т. д.)	Уметь равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.	
3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	1	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений.	Развить подвижность плечевого и шейного отдела.	
4	Движения рук в разных направлениях без предметов и с	1	Движения рук в разных направлениях; наклонить,	Развитие точности, координации, плавности,	Уметь ритмично выполнять несложные	

	предметами		повернуть туловище вправо, влево.	переключаемости движений.	движения руками и ногами.	
5	Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднимание и опускание рук.	1	Поднимать и опускать руки по очереди, перекрестно.	Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	Научиться быстро, точно, ловко управлять движениями рук.	
6	Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук	1	Выставить левую ногу вперед. Правую руку вперед.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.	Научиться быстро, точно, ловко управлять движениями рук.	
7	Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук.	1	Круговые движения рук, поднимать. Опускать плечи.	Ощущать напряжение и расслабление мышц, Развивать координацию движений рук.	Научиться ощущать напряжение расслабление в теле.	
8	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).	1	Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую.	Нормализация мышечного тонуса, выработка чувства равновесия.	Научиться ощущать напряжение расслабление в теле.	
9	Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях	1	Двигать кистями рук в разных направлениях. Сжимать пальцы в кулак, поочередно закрывать пальцы.	Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы.	Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движения в соответствии с музыкальными оттенками.	
10	Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания.	Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.	
11	Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером	Развитие слухового восприятия, коррекция эмоциональной сферы.	Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими	

	соответствии с изменениями в музыке		музыкальной динамики		оттенками музыки.	
12	Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями	1	Прямой галоп. Танцевальные движения. Танец «Барыня»,	Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.	
13	Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1	Шагать бодро, спокойно, тихо, топая ногами. «Утят»	Развитие мышечного тонуса, координации движений.	Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.	
14	Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах.	1	Легкий бег на полупальцах, легкий шаг на полупальцах.	Формирование чувства музыкального темпа.	Выполнять задания после показа и по словесной инструкции	

					<p>учителя. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</p> <p>Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.</p>	
15	<p>Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах.Прямой галоп.</p>	1	<p>Галоп. Прыжки на двух ногах с разными положениями рук.</p>	<p>Развитие быстроты и точности реакции.</p>	<p>Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</p> <p>Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.</p>	
16	<p>Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед,назад, направо, налево.</p>	1	<p>Движения вперед, назад, направо, налево пляски с хлопками.</p>	<p>Развитие пространственной организации собственных движений, оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение.</p>	<p>Знать простейшие пространственные понятия.Ходить и бегать по кругу ссохранением правильныхдистанций, не сужая круги .</p>	
17	<p>Упражнения на</p>	1	<p>Маршировка по кругу с</p>	<p>Развитие</p>	<p>Знать простейшие</p>	

	ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга.		остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга	пространственных представлений, способности словесному выражению пространственных отношений.	пространственные понятия. Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круги.	
18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1	Простые шаги, шаги на носках. Простые шаги, шаги на пятках. Бег по кругу, ногу отбросить назад.	Коррекция пространственных представлений, согласованности движений.	Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения.	
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища	1	Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъем вытянуть. Круговые движения стопой.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.	Знать правила постановки корпуса. Запомнить, уметь выполнить ритмико-гимнастические упражнения. Хорошо развита гибкость и пластичность движений	
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры	1	Приседания с опорой и без опоры, с предметами	Преодоление двигательной скованности движений.	Знать правила постановки корпуса. Запомнить, уметь выполнить ритмико-гимнастические упражнения. Хорошо развита гибкость и пластичность движений	
21	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами	1	Выставлять ногу на носок в разные стороны пляски с кружением, хлопками.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.	Знать правила постановки корпуса. Запомнить, уметь выполнить ритмико-гимнастические упражнения. Хорошо	

					развита гибкости пластичность движений	
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1	Подъем на полупальцы. Выбатывать осанку.	Выработка правильной осанки, чувства равновесия.	Знать правила постановки корпуса. Запомнить, уметь выполнить ритмико-гимнастические упражнения. Хорошо развита гибкости пластичность движений	
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1	Выставить ногу назад, левую руку вперед, с упругой ноги. Знать позиции рук, сменить позиции рук.	Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений.	Знать движения на развитие координации, уметь выполнять их. Хорошо выполнять ранее изученные упражнения, позиции, движения.	
24	Ритмико-гимнастические Упражнения на координацию движений. Смена позиций рук	1	Провожать движения рук головой, взглядом	Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу.	Знать движения на развитие координации, уметь выполнять их. Хорошо выполнять ранее изученные упражнения, позиции, движения.	
25	Ритмико-гимнастические Упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник»	1	Прохлопать простой рисунок пляски с притопами	Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	Знать движения на развитие координации, уметь выполнять их. Хорошо выполнять ранее изученные упражнения, позиции, движения.	
26	Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.	1	Соединить пальцы в разных позициях. Мелкие движения пальцев рук. Отстучать простой	Коррекция мелкой моторики, согласованности движений.	Знать названия музыкальных инструментов, уметь исполнять простейший	

			ритмический рисунок.		ритмический рисунок на барабане и детском пианино.	
27	Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане	1	Проговаривать слова стихов, попевок, песен	Формирование чувства музыкального темпа, восприятия ритмического рисунка.	Знать названия музыкальных инструментов, уметь исполнять простейший ритмический рисунок на барабане и детском пианино.	
28	Игры под музыку. Имитационные упражнения.	1	Изменять направление и формы ходьбы	Развитие имитационно-подражательных выразительных движений под музыку.	Знать правила игр. Владеть имитационно-подражательными движениями. Согласовывать движения с речью.	
29	Игры под музыку. Движения транспорта, людей.	1	Имитационные игры, движения	Развитие имитационно-подражательных выразительных движений.	Знать правила игр. Владеть имитационно-подражательными движениями. Согласовывать движения с речью.	
30	Музыкальные игры с предметами.	1	Музыкальные игры с предметами.	Согласование движений с пением.	Знать правила игр. Владеть имитационно-подражательными движениями. Согласовывать движения с речью.	
31	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	1	Маховые движения рук: на счет 1,2; на счет 1 пауза 2	Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения,	Начинать и заканчивать движения в соответствии со	

				распределения).	звучанием музыки. Знать особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.	
32	Танцевальные упражнения. Движения парами	1	Элементы русской пляски. положение рук в русском танце.	Развитие умения выполнять совместные действия и коммуникативных навыков.	Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.	
33	Танец «Пляска с притопами»	1	Уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.	

