

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
МКУ "Управление образования" г. Рубцовска
МБОУ "ООШ № 26"

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО
учителей начального цикла
Емельяненко Н. В.
Емельяненко Н. В.
Протокол № 1 от «28»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР
Зверева Н.Н.
Зверева Н.Н.
от «28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
Титова С. А.
Титова С. А.
Приказ № 100 от «28»
августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса «Ритмика»
для обучающихся 1- 4 классов
на 2024-2025 учебный год

Рубцовск, 2024

КОРРЕКЦИОННЫЙ КУРС: РИТМИКА 1 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Примерная рабочая программа разработана на

- основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ),
- примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития.
- Положением о рабочей программе МБОУ «ООШ №26 им.А.С.Пушкина»
- Годового календарного графика на 2024-2025 учебный год

Общая цель занятий ритмикой заключается в развитии двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения. В рамках данного курса осуществляется коррекция моторной сферы младших школьников с ЗПР, что может способствовать как их познавательному развитию (в первую очередь совершенствованию регуляции деятельности), так и эстетическому развитию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца.

В соответствии с обозначенными в ПрАООП НОО обучающимся с ЗПР особыми образовательными потребностями определяются ***общие задачи коррекционного курса:***

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

В 1 дополнительном классе обозначенные задачи конкретизируются следующим образом:

- развитие восприятия музыки в исполнении педагога и аудиозаписи для формирования умений различать и опознавать музыку по темпу, плавности и силе звучания;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая гимнастика, танец) в сочетании с игрой на детских музыкальных инструментах и декламацией песен под музыку;
- овладение различными формами движения через выполнение их под музыку (ходьба, бег, танцевальные упражнения и др.);
- развитие физической выносливости и силы мышц всего тела;
- развитие чувства ритма и выразительности движений;
- эстетическое и эмоциональное развитие обучающихся с ЗПР через приобщение к музыке и танцам;
- коррекция познавательной сферы обучающихся с ЗПР и совершенствование регуляции поведения и деятельности.

В 1 дополнительном классе целесообразно в третьей или четвертой четверти обучения детей с ЗПР вводить упражнения с детскими музыкальными инструментами и декламацию песен под музыку. Это будет обеспечивать речевое сопровождение движений, согласующихся с музыкой.

Необходимо отметить, что такая работа должна только начинаться в 1 дополнительном классе и продолжаться в последующие годы обучения.

Общая характеристика и коррекционно-развивающее значение курса

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» традиционно включается в содержание образования обучающихся с ЗПР. Он является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корректируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании системы произвольной регуляции: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты (последовательность движений). Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Отмечено, что занятия ритмикой положительно влияют на состояние познавательной сферы, а также развивают творческое воображение.

Музыкальные произведения подбираются таким образом, чтобы оказывать дисциплинирующее и организующее воздействие. Характер произведений подбирается в зависимости от состава обучающихся в конкретном классе, доминирующего эмоционального состояния детей.

Уже в 1 классе решается задача интеграции музыки и движений или движений и речи. В 1 дополнительном начинают формировать сложные («тройные») связи и продолжают этот процесс в остальных классах начальной школы.

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);
- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);

- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
- игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);
- танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
- декламация песен под музыку (выразительная декламация песен под музыкальное сопровождение и управление педагога, воспроизведение ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.).

Место курса в общей системе коррекционно-развивающей работы

Изучение курса «Ритмика» тесно связано с изучением учебных предметов «Музыка», «Физическая культура», а также курсом «Психокоррекционные занятия». Его реализация может быть связана с выполнением программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, направленной на поддержание физического и психологического здоровья обучающихся.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность определять 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, ее 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 обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

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.

Ритмико-гимнастические упражнения, способствуют выработке необходимых музыкально-двигательных навыков у обучающихся с ЗПР. Необходимы задания на выработку координированных движений, основная цель которых – научить детей с ЗПР согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Во время проведения игр под музыку перед педагогом стоит задача научить детей создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен подобрать название, которое определяло бы характер движения, например: «Зайчик» (для подпрыгивания), «Кошечка» (для мягкого шага), «Мячик» (для подпрыгивания и бега) и т. п. Объясняя задание, желательно не подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться как..., а не «бегать», «прыгать», «шагать»).

Обучению детей с ЗПР 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.

В 1 дополнительном классе примерная рабочая программа курса содержит 5 разделов: «Музыка и движения» (основные упражнения и основные упражнения в парах); «Музыка и танец»; «Музыка, танец и музыкальные инструменты» «Движения и речь»; «Музыка, движение и речь».

У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения, танец), движениями и речью (упражнения под проговаривание стихов). После того как сформированы базовые умения, коррекционное содержание ритмики усложняется. Основная работа направлена на развитие «тройных» связей: музыки, танца и игры на музыкальных инструментах или декламации песен с комплексом танцевальных упражнений под музыкальное сопровождение.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с ЗПР.

Место курса в учебном плане

Приведенная примерная рабочая программа рассчитана на 33 часа в год (1 раз в неделю). При определении продолжительности в 1 и 1 дополнительном классах в соответствии с ПрАООП используется ступенчатый режим обучения: в первом полугодии (в сентябре-декабре – занятия по 35 минут, январь-май – по 40 минут). Курс реализуется во внеурочной деятельности, часы на его реализацию фиксированы в учебном плане.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В соответствии с выделенными в ПрАООП направлениями занятия ритмикой в 1 дополнительном классе могут быть конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Музыка и движение» (основные упражнения и основные упражнения в парах), «Музыка и танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Движения и речь», «Музыка, движение и речь».

«Музыка и движение» (основные упражнения) является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого обучающиеся с ЗПР учат слушать музыку и подстраивать темп своих движений под ее темп. В первой четверти 1 дополнительного класса дети должны научиться двигаться в темпе музыки, овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание,

разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение внутрь, упражнения на расслабления мышц и др.

Во второй четверти продолжается изучение раздела «Музыка и движение», где основные упражнения ритмики осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и обратно построиться в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Учатся выполнять ритмико-гимнастические упражнения в парах.

Конец второй четверти посвящены изучению раздела «Музыка и танец». Сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы (групповые и в парах) и пляски. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

В третьей четверти изучается раздел «Музыка, танец и музыкальные инструменты». Обучающиеся с ЗПР учат играть на элементарных инструментах: погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, ложки и др. Важно, чтобы в процессе танца под музыку дети смогли научиться использовать музыкальные инструменты. Такая работа только начинается, поэтому целесообразно только фрагменты танца сопровождать музыкальными инструментами.

Вторая половина третьей четверти посвящена разделу «Движение и речь», который направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишкы и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Дети с ЗПР повторяют уже изученные и осваивают новые: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

В четвертой четверти реализуется самый сложный раздел «Музыка, движение и речь», который предполагает исполнение танцев под музыку с одновременной выразительной декламацией стихов и песен. К концу учебного года дети должны знать комплекс общеразвивающих упражнений, выполнять его под контролем взрослого. Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп.

Итоговое занятие по ритмике проводится в виде отчетного концерта.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В общей системе коррекционно-развивающей работы курс «Ритмика» в 1 дополнительном классе позволяет проконтролировать наличие позитивных изменений по следующим параметрам: совершенствование двигательных умений и навыков, развитие эмоционально-волевой и познавательной сфер.

В области формирования двигательных умений и навыков:

- умение различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
- умение соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
- совершенствование координационных движений (быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласованность действий рук, ног, туловища и др.);
- умение выполнять простейшие построения и перестроения;

- умение ходить в шеренге и разными видами шага;
- овладение простейшими элементами танца;
- умение выразительно передавать различные игровые образы, придумывать варианты образных движений в играх;
- появление возможности выполнять танцевальные движения под музыку с одновременным использованием музыкальных инструментов или декламацией стихов и песен (появление «тройных» связей);
- владение техникой элементарной мышечной релаксации.

В области развития эмоционально-личностной сферы и коррекции ее недостатков:

- проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и участии в публичных выступлениях (концерты и праздники);
- умение выполнять задания взрослого и не подводить своих одноклассников, действовать в группе слаженно и сообща;
- умение управлять своими эмоциями в процессе взаимодействия со сверстниками;
- умение быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

В области коррекции недостатков развития познавательной сферы и формирования высших психических функций:

- расширение сферы жизненной компетенции за счет совершенствования ориентировки в пространстве, расширение знаний о танцах и танцевальных шагах, умении регулировать свое поведение на занятиях, концертах и праздниках;
- умение действовать по показу и по речевой инструкции при выполнении упражнений;
- умение контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них;
- умение анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное время под руководством взрослого и самостоятельно;
- умение адекватно оценивать собственные физические и творческие возможности;
- овладение индивидуальными комплексами упражнений лечебной и корrigирующей гимнастики;
- умение оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

Календарно-тематический план курса «Ритмика»

1доп класс ЗПР

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	дата	
			план	факт
	Музыка и движения (основные упражнения)	8		
1	Вводное занятие.	1		
2	«Похлопаем и потопаем»	1		
3	«Похлопаем и потопаем»	1		
4	«Построения, перестроения и прыжки»	1		
5	«Построения, перестроения и прыжки»	1		
6	«Шаги и разные виды ходьбы»	1		
7	«Шаги и разные виды ходьбы»	1		
8	«Повторим» (обобщение)	1		
	Музыка и движения (основные упражнения в парах)	3		
9	«Повторим в парах»	1		
10	«Найди пару»	1		
11	«Делаем в парах»	1		

	«Музыка и танец»	4		
12	«Танцевальные движения»	1		
13	«Танец в парах - «Приглашение»	1		
14	«Танцы и пляски»	1		
15	«Потанцуем»	1		
	«Музыка, танец и музыкальные инструменты»	7		
16	«Потанцуем» (повторение)	1		
17	«Музыкальные инструменты»	1		
18	«Музыкальные инструменты»	1		
19	«Поиграем на музыкальных инструментах и потанцуем»	1		
20	«Поиграем на музыкальных инструментах и потанцуем»	1		
21	«Поиграем – потанцуем»	1		
22	«Поиграем – потанцуем»	1		
	Движения и речь	3		
23	«Потанцуем» (повторение)	1		
24	«Построения и перестроения с речевками»	1		
25	«Скажем и сделаем» (обобщение)	1		
	Музыка, движение и речь	8		
26	«Повторим еще раз»	1		

27	«Повторим еще раз»	1		
28	«Музыка, стихи и танец»	1		
29	«Музыка, стихи и танец»	1		
30	«Песня, танец, музыка»	1		
31	«Песня, танец, музыка»	1		
32	«Песня, танец, музыка»	1		
33	«Концерт»	1		