**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Ботовская школа»**

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено: | 2016-10-03 14-06-52_0216Утверждено: |
| Педсовет от 31.08 2023 г. № 1 | Приказ от 31.08.2023 г. № 355  Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.А.Крупнова |

**Рабочая программа**

**коррекционного учебного курса**

**для обучающихся с ОВЗ**

**по ритмике**

**1**  класс -33 часа

Учитель: Лобанова Е. А.

2023-2024 г.

**Пояснительная записка**

Обучающиеся с задержкой психического развития (далее ЗПР) — это дети, имеющее недостатки в психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий

Категория обучающихся с ЗПР – наиболее многочисленная среди детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и неоднородная по составу группа школьников. Среди причин возникновения ЗПР могут фигурировать органическая и/или функциональная недостаточность центральной нервной системы, конституциональные факторы, хронические соматические заболевания, неблагоприятные условия воспитания.

Подобное разнообразие этиологических факторов обусловливает значительный диапазон выраженности нарушений - от состояний, приближающихся к уровню возрастной нормы, до состояний, требующих отграничения от умственной отсталости.

Все обучающиеся с ЗПР испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.), нарушениями в организации деятельности и/или поведения.

Общими для всех обучающихся с ЗПР являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции.

Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и мелкой ручной моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы. Программа курса «Ритмика» предназначена для обучающихся с ЗПР.

Отмечаются нарушения внимания, памяти, восприятия и др. познавательных процессов, умственной работоспособности и целенаправленности деятельности, в той или иной степени затрудняющие усвоение школьных норм и школьную адаптацию в целом. Произвольность, самоконтроль, саморегуляция в поведении и деятельности, как правило, сформированы недостаточно.

Обучаемость удовлетворительная, но часто избирательная и неустойчивая, зависящая от уровня сложности и субъективной привлекательности вида деятельности, а также от актуального эмоционального состояния. Возможна не адаптивность поведения, связанная как с недостаточным пониманием социальных норм, так и с нарушением эмоциональной регуляции, гиперактивностью.

Рабочая программа коррекционно-развивающих занятий для обучающихся с ОВЗ составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ  «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта  образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»,

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

***Общие задачи коррекционного курса «Ритмика»:***

- 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.

Согласно учебного плана на изучение учебного курса «Ритмика»

- в 1классах отводится по 33 часа в год, 1 час в неделю (33 учебные недели)

Программа составлена в соответствии с программой воспитания и направлена на развитие функциональной грамотности.

**Содержание учебного курса «Ритмика»**

**Ритмико-гимнастические упражнения**

Ритмико-гимнастические упражнения проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, подскоки с хлопками и без них, переноску предметов и служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т. п. В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координации

К ним относятся шаги и прыжки через обруч, палку или качающийся канат, повороты на пальцах, бег между кеглями. Упражнения на развитие статической координации, которые можно выполнять, стоя на обеих или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют в заключительной фазе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом, ориентироваться в пространстве, закалять волю.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, так что дети постепенно осваивают их, испытывая радость от достижения успеха.

Упражнения строятся на чередовании различных музыкальных сигналов, например: громкое и тихое звучание (громкое топанье и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и медленное хлопанье или подскоки); различение по высоте тона (движения в противоположных направлениях) и т. п. В таких упражнениях у детей вместе с воспитанием наблюдательности и внимания развиваются быстрота реакции, совершенствуются способности дифференцировок.

В этом разделе работы полезно использовать мячи, шары, флажки и тому подобные предметы, а также гимнастическую скамью (широкую и узкую), шведскую стенку и др.

Детей надо приучать к организованному и бережному обращению со снарядами, добиваясь дисциплинированности при использовании названных выше предметов, предохранять детей от переутомления при возрастающей нагрузке, в случае необходимости (например, при соскоках со шведской стенки) обеспечивать страховку.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Прежде чем дети начинают двигаться, учитель знакомит их с музыкой, в краткой беседе помогает понять содержание песни, характер произведения в целом и отдельных его частей, тем, т. е. направляет воображение детей, оживляет их эмоциональную память, однако движения им не подсказывает. В противном случае у детей вырабатываются двигательные шаблоны, они теряют возможность двигаться, как хотят. При необходимости учитель может оказать помощь в такой примерно форме: «Двигаться так, чтобы было видно, что ты маршируешь, как солдат», или: «..., что ты тренируешься на спортплощадке», или: «..., что ты играешь роль клоуна». Подобные упражнения повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность, прилагать совместные усилия к решению задачи и доставляют им особую радость. В этих упражнениях преодолевается скованность учащихся, повышается способность приспосабливать свои действия к имеющимся условиям и ситуациям, возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами.

Музыка, используемая в данном разделе работы, должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно для этого привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания, полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содержание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напевать или петь хором, сопровождая движения. Это способствует созданию радостной атмосферы на уроке. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, например, «маятник», «деревья под ветерком и ветром», «полет птиц» и т. п.; или участвовать в играх «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т.п.; или свободно изображать действия на темы «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т. п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

С возрастом дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. Сначала учитель делит их на 2—3 группы, знакомит их с произведениями двух-трех частной формы или с произведением, содержащим несколько контрастных, разнохарактерных тем, и выясняет, как они понимают характер каждой части, каждой темы. Как правило, учитель выслушивает мнение двух или трех учеников о том, как они представляют себе темы, предлагает остальным высказать свои критические замечания, следя за тем, чтобы фантазия детей содержала доступные для воплощения образы. После этого каждая группа учащихся выполняет под музыку различные действия, раскрывающие ту или иную сценическую ситуацию (например, «Гуси и волки»). Наследующем этапе можно распределить роли среди учеников. Исполнение той или иной роли заставляет ребенка вживаться в образ, управлять своим поведением, подчинять себя правилам игры, что чрезвычайно важно в воспитательном отношении. В качестве примера можно назвать инсценирование песни Л.Книппера (сл. А. Коваленкова) «Почему медведь зимой спит». Дети, исполняющие роли главных действующих лиц: медведя, лисы, дятла, и все остальные ученики, изображающие деревья в лесу, поют известную школьникам песню и своими движениями стараются передать ее содержание. Учитель объединяет усилия учеников, разбирает с ними ролевое участие каждого в отдельности и всех вместе. Так же обстоит дело и со сценическим изображением хорошо знакомых детям сказок в сопровождении подобранной учителем музыки.

Отработанные сценические музыкальные постановки можно исполнять на детских утренниках с использованием элементов костюма и реквизита.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны). Несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (например, ходьба вдоль стен, змейкой, по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ведут свою «партию». Исполнение отсроченных движений повышает чувствительность к ритму, способность своевременно включиться в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладевают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

**Народные пляски и современные танцевальные движения**

Подготовка к работе по этому разделу проводится в любой части урока. В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения (не более четырех-пяти наименований за учебный год). Народные пляски и танцы приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, порождают положительные эмоции. Работа по этому разделу программы всегда вызывает радость у детей, помогает развитию у них эстетического чувства, способствует формированию коллективистских начал во взаимоотношениях, повышает культуру поведения. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используют хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения, терпеливо обращаться при смене и передвижке партнеров к тем ученикам, у которых имеются какие-либо индивидуальные затруднения.

Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение. Следует добиваться, чтобы дети так овладевали движениями, что могли двигаться в танце свободно и непринужденно. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить термины: шаг польки, шаг галопа и др. Использование грамзаписи возможно лишь на некоторых этапах урока — при сопровождении отработанного танца, разученных игр и инсценировок. В остальных случаях учитель должен иметь возможность произвольно изменять темп, динамические оттенки, продолжительность звучания музыки и т. п. в соответствии с задачами и целями, педагогической целесообразностью каждого этапа урока. Ученикам необходимо для урока ритмики иметь тапочки и гимнастическую форму, которую можно заменять костюмом, используемым для занятий в хореографических кружках. Уроки должны проводиться в специальном или приспособленном просторном помещении, отвечающем по санитарно-гигиеническим характеристикам тем требованиям, которые предъявляются к помещениям для подобных занятий. В помещении должны находиться гимнастические скамейки, гимнастическая лестница, стулья для отдыха детей и для сидячих упражнений, желательно ковер или индивидуальные коврики-подстилки (многие задания полезно выполнять сидя на полу). Оборудование, необходимое для проведения уроков ритмики: мячи, шары разных размеров и цвета, флажки, ленты, обручи, кегли, скакалки, гимнастические палки и т. п.

**Планируемые результаты изучения коррекционного курса «Ритмика»**

**Личностные результаты**

Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;

- накопление представлений о ритме, синхронном движении;

- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности;

- решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- умение координировать свои усилия с усилиями других;

- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций;

- научатся управлять своими эмоциями, взаимодействовать со сверстниками, владеть культурой общения, быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

**Предметные результаты**

- умение 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;

- умение ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

- оценивать адекватно собственные физические и творческие возможности;

- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в организации собственного досуга (моделировать танцевальные рисунки).

**Поурочное планирование учебного коррекционного курса «Ритмика»**

**1 класс**

**( 33 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | Тема урока | Часы | **Электронные образовательные ресурсы** |
| 1. Ритмико-гимнастические упражнения | 14 |  |
| **1** | 1.1 | Основные движения под музыку 2/4, 4/4.Ходьба, прыжки, подскоки. | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **2** | 1.2 | Движение под музыку в различном темпе. | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **3** | 1.3 | Выполнение упражнений с обручами под музыку. | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **4** | 1.4 | Бросание, подбрасывание, ловля, катание, передача мяча | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **5** | 1.5 | Выполнение общеразвивающих упражнений с мячом под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **6** | **1.6** | Выполнение общеразвивающих упражнений со скакалкой под музыку | **1** | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **7** | 1.7 | Передачи мяча в парах под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **8** | 1.8 | Выполнение общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **9** | 1.9 | Выполнение общеразвивающих упражнений с мячом под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **10** | 1.10 | Передачи мяча в тройках под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **11** | **1.11** | Передачи мяча по кругу под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **12** | 1.12 | Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **13** | 1.13 | Выполнение общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **14** | 1.14 | Выполнение общеразвивающих упражнений в парах под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **2**. Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку | | | 8 |  |
| **15** | 2.1 | Различные формы движений (взмах, прыжки) под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **16** | 2.2 | Движение связности и плавности под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **17** | 2.3 | Подражательные движения | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **18** | 2.4 | Импровизация движений под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **19** | 2.5 | Игры под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **20** | 2.6 | Эстафеты с мячами, обручами, скакалками | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **21** | 2.7 | Игры под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **22** | 2.8 | Игры под музыку | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| 3. Народные пляски и современные танцевальные движения | | | 11 |  |
| **23** | 3.1 | Знакомство с элементами танца: простой(мягкий) шаг, перекатный шаг, шаг с высоким подниманием бедра | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **24** | 3.2 | Мягкий бег, острый бег (с высоким подниманием бедра), пружинный бег | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **25** | 3.3 | Пружинный шаг, скользящий шаг. Полуприседание | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **26** | 3.4 | Шаг «носик-пятка». Подскок | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **27** | 3.5 | Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед-назад | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **28** | 3.6 | Повороты кистей. Плавное поднимание и опускание рук вперед, вверх, в сторону. | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **29** | 3.7 | Притопы одной ногой с хлопками. Разучивание танца | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **30** | 3.8 | Кружения: через правое плечо, парами на месте и на ходу. Разучивание танца | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **31** | 3.9 | Приставной и переменные шаги вперед, в сторону, назад. Разучивание танца | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **32** | 3.10 | Разучивание шагов галопа. Разучивание танца | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
| **33** | 3.11 | Русский переменный шаг. Разучивание танца | 1 | Использование ЦОС  https://resh.edu.ru/subject/6/1/ |
|  |  | **Итого за год:** | **33** |  |

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

ШМО учителей от №

подпись руководителя ШМО Попова О.Н.