

**Статус документа**

Адаптированная рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе «Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью ( интеллектуальными нарушениями)» и ориентирована на программу по ритмике А. А. Айдарбековой

**Структура рабочей программы**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» представляет собой целостный документ, включающий следующие элементы:

-пояснительная записка;

-содержание тем учебного курса;

- календарно-тематический план;

-система оценивания;

**Пояснительная записка**

**Цель программы**: осуществление коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с умственной отсталостью ( интеллектуальными нарушениями) средствами музыкально – ритмической деятельности.

**Задачи программы:**

1. Развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;

2.Обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;

3.Расширение кругозора школьников через знакомство с музыкальной культурой(классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;

4.Создание условий для творческого самовыражения ребенка, учитывая индивидуальные возможности;

5.Формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;

6.Коррекция высших психических функций, коррекция моторно – двигательной сферы.

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Личностные результаты :

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

2.развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

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

4. способствовать к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

5. принятие и освоения социальной роли обучающихся, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;

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

7. формирование эстетических потребностей и чувств;

8.развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствам других людей;

9.формирование установки на безопасный, ЗОЖ, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Минимальный и достаточный уровни освоения коррекционного курса «Ритмика»

Минимальный уровень:

1.понимание роли музыки в жизни человека;

2. овладение элементами музыкальной культуры, в процессе формирования интереса к музыкальному искусству и музыкальной деятельности;

3. элементарные эстетические представления;

4.эмоциональное осознанное восприятие музыки во время слушания музыкальных произведений;

5.сформированность эстетических чувств в процессе слушания музыкальных произведений различных жанров;

6.способность к эмоциональному отклику на музыку разных жанров;

7.умение воспринимать музыкальные произведения с ярко выраженным жизненным содержанием;

8 способность к элементарному выражению своего отношения к музыке в слове (эмоциональный словарь), пластике, жесте, мимике;

9. владение элементарными певческими умениями и навыками (координация между слухом и голосом, выработка унисона, кантилены, спокойного

певческого дыхания);

10. умение откликаться на музыку с помощью простейших движений и пластического интонирования;

11.умение определять некоторые виды музыки, звучание некоторых музыкальных инструментов, в том числе и современных электронных;

12. овладение навыками элементарного музицирования на простейших инструментах (ударно-шумовых);

13. наличие элементарных представлений о нотной грамоте

Достаточный уровень:

1. понимание роли музыки в жизни человека, его духовно-нравственном развитии;

2.овладение элементами музыкальной культуры, в процессе формирования интереса к музыкальному искусству и музыкальной деятельности, в том

числе на материале музыкальной культуры родного края;

3. сформированность элементарных эстетических суждений;

4.эмоциональное осознанное восприятие музыки, как в процессе активной музыкальной деятельности, так и во время слушания музыкальных про

изведений;

5.наличие эстетических чувств в процессе слушания музыкальных произведений различных жанров;

6.способность к эмоциональному отклику на музыку разных жанров;

7. сформированность представлений о многофункциональности музыки;

8. умение воспринимать музыкальные произведения с ярко выраженным жизненным содержанием, определение их характера и настроения;

9.владение навыками выражения своего отношения к музыке в слове (эмоциональный словарь), пластике, жесте, мимике;

10. владение певческими умениями и навыками (координация между слухом и голосом, выработка унисона, кантилены, спокойного певческого дыхания),

11. выразительное исполнение песен;

12.умение откликаться на музыку с помощью простейших движений и пластического интонирования, драматизация пьес программного характера;

13.умение использовать музыкальные образы при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций, исполнении вокально­

хоровых произведений, в импровизации;

14. умение определять виды музыки, звучание различных музыкальных инструментов, в том числе и современных электронных;

15. наличие навыков музицирования на некоторых инструментах (ударно-шумовых, народных, фортепиано);

16. владение элементами музыкальной грамоты, как средства осознания музыкальной речи.

Обучающиеся должны уметь:

1. рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;

2.соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

3. самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;

4. ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;

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

6. передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

7.повторять любой ритм, заданный учителем;

8. задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами)

Характеристика базовых учебных действий обучающихся

1.эмоциональная отзывчивость на музыку;

2.любовь к родине, к русской народной музыке;

3.учебно – познавательный интерес к новому учебному материалу;

4. мотивация к разным видам музыкальной деятельности;

5.основа для формирования ЗОЖ, организация культурного досуга.

Регулятивные базовые учебные действия

1. выполнять задания, оценивать результаты своей деятельности;

2. корректировать собственное исполнение;

3.формирование волевых усилий;

4.воспринимать мнение сверстников и взрослых;

5.принимать участие в музыкальных инсценировках.

Познавательные базовые учебные действия

1.воспринимать музыку выражать свое отношение к музыкальным произведениям;

2. расширить свои представления о жанре и характере музыки;

3.выявлять настроения и чувства, выражаемые в музыке;

4.эмоциональное сопереживание музыке.

Коммуникативные базовые учебные действия

1.высказывать свое мнение о музыке (монолог, диалог);

2.задавать вопросы;

3. эмоционально выражать свое отношение к музыкальным произведению

4.проявлять творческую активность в процессе хорового пения, коллективной творческой деятельности;

На коррекционный курс «Ритмика» учебным планом отводится 68 часов (2часа в неделю).

**Содержание тем учебного курса**

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. Построениев 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 поднимание пред­метов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание 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 поднимание левой ноги, согнутой в колене, с од­новременным подниманием 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 перёд со­бой. Раскачивание рук поочерёдно 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 постепеннымускорением. 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 поочерёд­но 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. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поско­ки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Элементы русской пляски: шаг с притопом на ме­сте и с продвижением, шаг с поскоками, 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 хмелёк».

Парная пляска. Чешская народная мелодия.

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

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема раздела | Количество часов | Дата проведения |
| 1-2 | Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. | 2 |  |
| 3 | Построе­ния в шеренгу, колонну. | 1 |  |
| 4 | Построе­ния в цепочку, круг, пары. | 1 |  |
| 5 | Движения рук и головы. | 1 |  |
| 6 | Круговые движения кистью (напряжённое и свобод­ное). | 1 |  |
| 7-8 | Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук. | 2 |  |
| 9-10 | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо). | 2 |  |
| 11-12 | Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. | 2 |  |
| 13 | Передача в движении разницы в двухчастной му­зыке. | 1 |  |
| 14 | Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки, и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. | 1 |  |
| 15-16 | Тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. | 2 |  |
| 17-18 | Закрепление ритмико-гимнастических упражнений. | 2 |  |
| 19 | Построение в колонну по два. | 1 |  |
| 20 | Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 1 |  |
| 21-22 | Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. | 2 |  |
| 23-24 | Резкое поднимание согнутых в ко­лене ног, как при маршировке. Упражнения на расслабление мышц. | 2 |  |
| 25-26 | Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. | 2 |  |
| 27 | Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания пе­сен. | 1 |  |
| 28 | Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. | 1 |  |
| 29-30 | Музыкальные игры с предметами. | 2 |  |
| 31-32 | Закрепление ритмико-гимнастических упражнений. | 2 |  |
| 33 | Построение круга из шеренги и из дви­жения врассыпную. | 1 |  |
| 34 | Противопоставление первого пальца осталь­ным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. | 1 |  |
| 35-36 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами. | 2 |  |
| 37 | Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. | 1 |  |
| 38 | Исполнение несложных ритмических рисунков на буб­не | 1 |  |
| 39 | Упражнения на выра­ботку осанки. | 1 |  |
| 40 | Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно. | 1 |  |
| 41-42 | Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). | 2 |  |
| 43 | Игры с пением и речевым сопровождением. | 1 |  |
| 44 | Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками поочерёд­но в разных вариациях. | 1 |  |
| 45 | Инсценирование доступных песен. | 1 |  |
| 46 | Прохлопывание ритмического рисунка прозвучав­шей мелодии. | 1 |  |
| 47 | Неторопливый танцевальный бег, стре­мительный бег. | 1 |  |
| 48 | Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поско­ки. | 1 |  |
| 49 | Переменные притопы. | 1 |  |
| 50 | Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. | 1 |  |
| 51 | Закрепление танцевальных упражнений. | 1 |  |
| 52-53 | Раз­нообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки. | 2 |  |
| 54-55 | Ускорение и замедление движений в соответствии с изме­нением темпа музыкального сопровождения. | 2 |  |
| 56 | Выполнение движений в заданном темпе после остановки музыки. | 1 |  |
| 57 | Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот на детском пианино. | 1 |  |
| 58 | Элементы русской пляски: шаг с притопом на ме­сте и с продвижением. | 1 |  |
| 59 | Элементы русской пляски: шаг с поскоками, переменный шаг. | 1 |  |
| 60 | Элементы русской пляски: руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; | 1 |  |
| 61 | Элементы русской пляски: подбоченившись одной рукой, другая с платочком подня­та в сторону, вверх (для девочек). | 1 |  |
| 62-63 | Движения парами: бег, ходьба с приседанием. | 2 |  |
| 64 | Движения парами: круже­ние с продвижением | 1 |  |
| 65-66 | Исполнение русской хороводной пляски. | 2 |  |
| 67-68 | Танцевальные упражнения | 2 |  |

**Система оценивания**

Оценка «5» ставится, если обучающийся самостоятельно выполняет знакомые ритмические упражнения, движения с предметами, танцевальные движения, отвечающие характеру музыки, свободно ориентируется в пространстве;

Оценка «4» ставится, если обучающийся выполняет по инструкции знакомые ритмические упражнения, движения с предметами, танцевальные движения, отвечающие характеру музыки, ориентируется в пространстве зала;

Оценка «3» ставится, если обучающийся способен выполнять по показу, по образцу знакомые ритмические упражнения, движения с предметами, танцевальные движения, отвечающие характеру музыки, ориентация в пространстве затруднена;

Оценка «2» и «1» не ставится.