

Комитет администрации Усть-Калманского района по образованию
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Новобурановская средняя общеобразовательная школа»
Усть-Калманского района Алтайского края

РАССМОТРЕНО

Руководитель
методСовета



Малыгина Н.Н.
Протокол №9 от 26.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Сорокина Н.И.
от 28.08.2024г.

Приказ № 101
ДЛЯ
ДОКУМЕНТОВ

Адаптированная рабочая программа
учебного предмета «Ритмика»
начального общего образования для детей
с задержкой психического развития 1 класса (Вариант 7.2.)
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Гордяскина Г.А., учитель физической культуры

с. Новобураново, 2024 год

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 (вариант 7.2).

Место курса в общей системе коррекционно-развивающей работы

В 1 классе примерная рабочая программа курса содержит 3 раздела: «Музыка и движения» (основные упражнения и основные упражнения в парах); «Движения и речь»; «Музыка и танец».

Место курса в учебном плане

Приведенная примерная рабочая программа рассчитана на 33 часа в год (1 раз в неделю). При определении продолжительности в 1 классе в соответствии с рекомендациями ПрАООП используется ступенчатый режим обучения: в первом полугодии (в сентябре-декабре – занятия по 25-30-35 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 классе могут быть конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Музыка и движение» (основные упражнения и основные упражнения в парах), «Движения и речь», «Музыка и танец».

«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 обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп. В первой четверти 1 класса детей желательно научить двигаться в темпе музыки, помочь им 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, упражнения на расслабления мышц и др.

Раздел «Движение и речь» направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. В этот период обучения (2 четверть) важно закреплять умения детей выполнять движения под музыку, поэтому обязательно осуществляется повторение пройденного в первой четверти и проводятся игры под музыку.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Обучающиеся 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 третьей четверти продолжается изучение раздела «Музыка и движение», где основные упражнения осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и построиться назад в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки. 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.

Конец третьей и вся четвертая четверть 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 и пляски. К концу учебного года дети обычно выучивают комплекс общеразвивающих упражнений, могут 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.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В общей системе коррекционно-развивающей работы курс «Ритмика» в 1 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;
- владеть техникой элементарной мышечной релаксации.

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

- проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и во время участия 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 корригирующей гимнастики;
- умение оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел Темы занятий	Дата	Примечание
1 четверть Музыка и движения (основные упражнения) (8 ч).			
1	Вводное занятие.	.	
2	«Слушаем и двигаемся»		
3	«Построения и перестроения»		
4	«Шаги»		
5	«Шаги»		
6	«Попрыгаем»		
7	«Попрыгаем»		
8	«Повторим» (обобщение).		
2 четверть Движения и речь (7 ч).			
9	«Повторим» (повторение).		
10	«Построения и перестроения с речевками».		
11	«Построения и перестроения с речевками».		
12	«Скажу и сделаю сам».		
13	«Скажу и сделаю сам».		
14	«Скажу и сделаю, послушаю и сделаю».		
15	«Скажу и сделаю, послушаю и сделаю».		
16	«Скажем и сделаем» (обобщение).		
3 четверть Музыка и движения (основные упражнения в парах) (4 ч).			
17(1)	«Скажем и сделаем» (повторение).		
18(2)	«Найди пару».		
19(3)	«Делаем вместе».		
20(4)	«Делаем вместе с речевками».		
«Музыка и танец» (6 ч).			
21(1)	«Танцевальные движения»		
22(2)	«Танец «Приглашение».		
23(3)	«Танец «Приглашение».		
24(4)	«Танец «Всадники» (изучение прямого галопа).		
25(5)	«Танец «Всадники» (исполнение).		

26(6)	«Потанцуем».		
4 четверть«Музыка и танец»(8 ч).			
27	«Вспомним танцы».		
28	«Русская пляска» (шаги).		
29	«Русская пляска» (притопы).		
30	«Русская пляска» (элементы танца)		
31	Танец «Ковырялочка».		
32	«Галоп в парах» (элементы танца).		
33	«Галоп в парах» (танец).		
Итого 33 часа			

Учебная литература, используемая для реализации программы.

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984. - 288 с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики "Аничков Мост", 2015. - 196 с.
3. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 32 с.
4. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: уч.- мет.пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 104 с.
5. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. -223 с.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.