

МКОУ "Турманская СОШ"

РАССМОТРЕНО
методическим объединением
учителей начальных классов МКОУ
"Турманская СОШ"

 Полякова У.С.

Протокол №№1

от "30" 082022 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по УВР

 Онищук С.В.

Протокол №№1

от "31." 08 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор МКОУ "Турманская СОШ"

 Московских Т.А.

Приказ №10-с

от "1" 092022 г.

Адаптированная образовательная программа

по предмету: «Ритмика»

для учащихся 4 класса

на 2023-2024 учебный год

Составитель:

учитель Физической культуры

Ширшов Андрей Юрьевич

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями нормативных документов:

-Закон РФ «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;

- Приказ Минобрнауки РФ № 1599 от 19.12.2014 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

-Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Мин-во образования и науки РФ.-М.:Просвещение, 2017;

-Постановление об утверждении САНПИН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ» от 10 июля 2015 г. №26;

-Базисный учебный план специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида (I вариант) утверждённый Министерством образования России от 10.04.2002 г., №29/2065-п

Ритмика является одним из важных общеобразовательных предметов.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Содержанием работы на уроках ритмики будет является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они научатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) будут осуществляться и развиваться представления обучающихся, воспитанников о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — позволят развивать ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами будут применяться для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук.

Движения под музыку дадут возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), разовьют способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволит 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 ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретут навыки организованных действий, дисциплинированности, научатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

На каждом уроке осуществится работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока будет отводиться на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Народный региональный компонент (НРК) указывается в разделе: примечания.

По учебному плануна изучение предметной области «Ритмика» отводится 34 часа в год (1 ч в неделю).

Планируемые результаты

Предметные результаты освоения рабочей программы основаны на освоение обучающимися, воспитанниками знаний и умений, специфичных для образовательной области «Ритмика», готовность к их применению.

Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

Предметные результаты освоения рабочей программы основаны на освоение обучающимися, воспитанниками знаний и умений, специфичных для образовательной области «Ритмика», готовность к их применению.

Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. ***Минимальный уровень*** является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

Минимальный уровень:

- понимание роли музыки в жизни человека;

- овладение элементами музыкальной культуры, в процессе формирования интереса к музыкальному искусству и музыкальной деятельности;
- элементарные эстетические представления;
- эмоциональное осознанное восприятие музыки во время слушания музыкальных произведений;
- сформированность эстетических чувств в процессе слушания музыкальных произведений различных жанров;
- способность к эмоциональному отклику на музыку разных жанров;
- умение воспринимать музыкальные произведения с ярко выраженным жизненным содержанием;
- способность к элементарному выражению своего отношения к музыке в слове (эмоциональный словарь), пластике, жесте, мимике;
- владение элементарными певческими умениями и навыками (координация между слухом и голосом, выработка унисона, кантилены, спокойного певческого дыхания);
- умение откликаться на музыку с помощью простейших движений и пластического интонирования;
- умение определять некоторые виды музыки, звучание некоторых музыкальных инструментов, в том числе и современных электронных;
- овладение навыками элементарного музицирования на простейших инструментах (ударно-шумовых);
- наличие элементарных представлений о нотной грамоте.

Достаточный уровень:

- понимание роли музыки в жизни человека, его духовно-нравственном развитии;
- овладение элементами музыкальной культуры, в процессе формирования интереса к музыкальному искусству и музыкальной деятельности, в том числе на материале музыкальной культуры родного края;

- сформированность элементарных эстетических суждений;
- эмоциональное осознанное восприятие музыки, как в процессе активной музыкальной деятельности, так и во время слушания музыкальных произведений;
- наличие эстетических чувств процессе слушания музыкальных произведений различных жанров;
- способность к эмоциональному отклику на музыку разных жанров;
- сформированность представлений о многофункциональности музыки;
- умение воспринимать музыкальные произведения с ярко выраженным жизненным содержанием, определение их характера и настроения;
- владение навыками выражения своего отношения к музыке в слове (эмоциональный словарь), пластике, жесте, мимике;
- владение певческими умениями и навыками (координация между слухом и голосом, выработка унисона, кантилены, спокойного певческого дыхания),
- выразительное исполнение песен;
- умение откликаться на музыку с помощью простейших движений и пластического интонирования, драматизация пьес программного характера;
- умение использовать музыкальные образы при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций, исполнении вокально хоровых произведений, в импровизации;
- умение определять виды музыки, звучание различных музыкальных инструментов, в том числе и современных электронных;
- наличие навыков музицирования на некоторых инструментах (ударно-шумовых, народных, фортепиано);
- владение элементами музыкальной грамоты, как средства осознания музыкальной речи.

Обучающиеся должны уметь:

- рассчитывать 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 двух частной 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 одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Рабочая программа включает оценка планируемых результатов:

Личностные результаты предусматривают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений обучающихся в различных средах. Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися, воспитанниками основами грамотности и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность движений, неправильное исходное положение.

Значительные ошибки - это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

Грубые ошибки - это такие, которые влияют на качество и результат выполнения ритмических движений. ***Характеристика цифровой оценки (отметки)***

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение ритмико-гимнастических и танцевальных движений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если задание просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение:

1. «Логоритмика» О.А. Н овиковская 2005 г. изд. «Корона»
2. «Ритмика» И.А. Чибрикова.
3. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1-4 классы / [А.А.Айдарбекова, В.М.Белов, В.В.Воронкова и др.]. - 8-е изд. - М.:Просвещение, 2013. - 176с.

4. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 0-4 классы. Авторы - составители: А.К.Аксёнова, Т.И.Бугаева. Научный руководитель проекта - канд.психолог.наук, проф. И.М.Бгажнокова. - СПб.: филиал изд-ва «Просвещение», 2007. - 220с.

5. Примерная адаптированная основная образовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью.

6. телевизор настенный «PHILIPS»;

7. цифровой спутниковый ресивер «DRE 5000»

8. DVD плеер «General 430»;

9. музыкальный проигрыватель «SONI».

10. Электронные демонстрационные пособия.

Музыкальные инструменты: балалайка, синтезатор, детский аккордион, бубен, ложки, фортепиано, дудочка, гитара, духовая гармоника.

Тематическое планирование

№	Название раздела, основной темы	Характеристика раздела, основной темы	Перечень лабораторных, практических работ, экскурсий по разделу, теме	Планируемый результат	Примечания
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	-формировать умения правильно выполнять исходное положение, ориентироваться в направлении движения -совершенствовать навык ориентировки в направлении движения вперед, назад, вправо, влево -развивать музыкальность детей -учить пользоваться ориентирами для построения в колонну по два - развивать умения перестраиваться в круг из шеренги, из движения в рассыпную - развивать навык выполнения во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами	Практические работы на каждом уроке	Обучающиеся должны уметь: рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги; соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах; ориентироваться в пространстве;	
2	Ритмико - гимнастические	Формировать умения выполнять движения рук в разных	Практические работы на каждом	Обучающиеся должны уметь: самостоятельно	

	упражнения 1)общеразвивающ ие упражнения 2)у пражнен ия на координацию движений 3) упражнения на расслабление мышц	направлениях без предметов и с предметами -развивать умения реагировать на музыку движениями -формировать умения выполнять упражнения для мышц рук, ног, туловища, ступней - вырабатывать осанку - развивать умения выполнять разнообразные перекрестные движения рукой и ногой -развивать ритмичность	уроке	выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями; выполнять ритмичные движения под музыку.	
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	формировать умения играть несложные мелодии -развитие мелкой мускулатуры пальцев -добиваться круговых движений кистью, одновременное сгибание и разгибание рук -совершенствовать умения выполнять восходящую и нисходящую гамму на детском пианино, аккордеоне, дух. гармошке -формировать умения исполнять несложный ритмический рисунок	Практические работы на каждом уроке	Обучающиеся должны уметь: передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем; задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами), играть несложные мелодии на детских музыкальных	

		на бумаге, в разных вариациях		инструментах.	
4	Игры под музыку	-формировать умения передавать в движении развернутый сюжет музыкального рассказа - развивать умения детей придавать движениям нужную выразительность, активизируя воображение -совершенствовать общую моторику, координацию движений, ориентацию в пространстве, регуляцию мышечного тонуса -развивать чувство муз темпа и ритма, певческих способностей, логоритмику -развивать творческую фантазию при выполнении имитационных	Практические работы на каждом уроке	Обучающиеся должны уметь: самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; 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.; играть в музыкальные игры.	
5	Танцевальные упражнения	-знакомить с элементами русской пляски и танцевальными движениями парами - формировать умения выполнять движения парами	Практические работы на каждом уроке	Обучающиеся должны уметь: самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений,	

		-формировать координацию движений, их переключаемость, точность		руководствуясь музыкой; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с мало контрастными построениями; передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.; уметь танцевать.	
--	--	---	--	---	--

Поурочное планирование

№ урока	Тема урока	Дата	Требования к результату		Виды контроля
			знать	уметь	
1	Ознакомление с атрибутами и музыкальными инструментами. Приветствие учителя		Название муз инструментов: пианино, бубен.	Различать музыкальные инструменты по звуку	Практич. работа
2	Ходьба с изменением темпа, чередование ходьбы с приседанием на носках, пятках. Построение в колонны по 3.		ориентироваться в пространстве,	Выполнять ходьбу, бег	Практич. работа
3	Общеразвивающие упражнения для мышц шеи, плеч, туловища		Как выполнять ритмико-гимн. упражнения	Реагировать на музыку движениями	Практич. работа
4	День Здоровья.				
5	Упражнение на расслабление мышц «Руки ложатся на мягкую подушку»		Как выполнять упражнения на расслабл. мышц	Снимать напряжение с мышц	Практич. работа
6	Упражнения для пальцев и кистей рук с барабанными палочками		положение пальцев рук	Выполнять пальчиковую гимнастику	Практич. работа

7	Музыкальная игра: «Зайцы и охотники»		Выполнять муз. игры с элем-ми логоритмики	играть	Практич. работа
8	Шаг на носках, шаг польки. Пскоки, боковой галоп		Положение туловища	танцевать	Практич. работа
9	Перестроение из одного круга в два, три круга.		Ориетирь	Ориентироваться в пространстве	Практич. работа
10	Общеразвивающие упражнения. Повороты туловища в сочетании с наклонами		Движения	Выполнять упражнения	Практич. работа
11	Упражнения на координацию движений с предметами		Как выполнять упражнения	Снимать напряжение с мышц	Практич. работа
12	Упражнения на расслабление мышц «Большие и маленькие»		Как выполнять упражнения	Снимать напряжение с мышц	Практич. работа
13	Исполнение гаммы на детском пианино, духовой гармонике.		Правильное положение пальцев рук при игре на детских муз инструмент.	Играть гамму	Практич. работа
14	Игра под музыку «Антошка»		Как выполнять танцевальные упражнения, передавая	Управлять координацией движений под музыкуразлич.характера	Практич. работа

			характер музыки		
15	Элементы русской пляски (приставные шаги с приседанием)		Движения танца	Двигаться под музыку	Практич. работа
16	Разучивание танца хоровода «Русская пляска».		Положение туловища	танцевать	Практич. работа
17	Построение из общего круга в кружочки по 2. 3. 4 чел. и обратно		Выполнение упражнений на ориентировку в пространстве	Как правильно ориентироваться в пространстве, выполнять ходьбу, бег, перестроение	Практич. работа
18	Поднимание на носках и полуприседание, круговые движения ступней		Выполнение ритмико гимнастических упражнений	Как правильно выполнять ритмико гимнастические упражнения	Практич. работа
19	Отхлопывание несложных ритмических рисунков «Петушок», «Дин-дон»		Выполнение ритмико гимнастических упражнений на расслабление мышц	Как выполнять упражнения на расслабление мышц	Практич. работа
20	Упражнения на расслабление мышц «качели»		Выполнение упражнений с детскими муз. инструментами	Правильное положение пальцев рук при игре на детских муз. инструментах	Практич. работа
					Практич. работа

21	Упражнения на детском аккордеоне, пианино; песня «Петушок»		Музыкальные игры	Как выполнять имитационные упражнения под музыку различного темпа	Практич. работа
22	Действия с воображаемыми предметами под музыку		Танцевальные упражнения.	Как выполнять танцевальные упражнения, передавая характер музыки	Практич. работа
23	Движения парами: боковой галоп, поскоки		Разучивание движений	Движения парами	Практич. работа
24	Разучивание парного танца -польки«Петушок погромче пой»		Разучивание танца	Движения танца	Практич. работа
25	Закрепление движений танца		Закрепление танца	Движения танца	Практич. работа
26	Музыкальная игра «Будь ловким»		Музыкальные игры	Как выполнять имитационные упражнения под музыку различного темпа	Практич. работа
27	Выполнение движений с лентами.		Выполнение упражнений на ориентировку в пространстве	Как правильно ориентироваться в пространстве, выполнять ходьбу, бег, перестроение	Практич. работа
28	Общеразвивающие упражнения. Осанка.		Выполнение ритмико гимнастических	Как правильно выполнять ритмикогимнастические	Практич. работа

			упражнений	упражнения	
29	Упр. на координацию движения		Выполнение ритмико гимнастических упражнений	Как выполнять упражнения на расслабление мышц	Практич. работа
30	Упражнение на расслабление мышц «Топор».		Выполнение ритмико гимнастических упражнений	Как выполнять упражнения на расслабление мышц	Практич. работа
31	Разучивание различных ритмов на барабане, бубне		Музыкальные игры	Как выполнять имитационные упражнения под музыку различного темпа	Практич. работа
32	Разучивание различных ритмов на барабане, бубне		Музыкальные игры	Как выполнять имитационные упражнения под музыку различного темпа	Практич. работа
33	Подвижная игра с речевым сопровождением		Музыкальные игры	Как выполнять имитационные упражнения под музыку различного темпа	Практич. работа
34	Подвижная игра с речевым сопровождением		Музыкальные игры	Как выполнять имитационные упражнения под музыку различного темпа	Практич. работа

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 519259607574593999952456277565694459464737450458

Владелец Московских Татьяна Александровна

Действителен с 30.05.2023 по 29.05.2024