

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –
средняя общеобразовательная школа села Батурино
Асиновского района Томской области

Принята
педагогическим советом
МБОУ-СОШ с. Батурино
Протокол № 18 от «27» 12 2019 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ МБОУ-СОШ с. Батурино

села Батурино

Асиновского района

Томской области

Приказ № 100

«27»

Н.И.Чурилова

12 2019 г.

Коррекционно-развивающая программа
по курсу «Ритмика»
для детей с ЗПР (с учетом варианта 7.2 по ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ)
1 – 4 классы

Составитель: учитель физкультуры Обеднин С.М.
I квалификационная категория

с. Батурино 2019

Содержание

1.Пояснительная записка_____	3
2.Общая характеристика коррекционного курса_____	5
3.Место коррекционного курса в учебном плане_____	6
4.Ценностные ориентиры содержания коррекционного курса_____	6
5.Планируемые результаты освоения коррекционного курса _____	7
6.Содержание программы по коррекционному курсу _____	8
7.Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся_____	9
8.Материально-техническое обеспечение образовательного процесса_____	13

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «**Ритмика**» представляет образовательный курс спортивно-оздоровительной направленности. Данная программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 16 октября 2009г. № 373, "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Типовым положением об общеобразовательном учреждении, СанПиН 2.4.2.282110 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях", утверждённым Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 29 декабря 2010г;
- Письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
- Адаптированной ООП НОО для детей с ЗПР (вариант 7.2) МБОУ – СОШ с. Батурино Асиновского района Томской области.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования.

Актуальность. С давних пор музыка используется как лечебный фактор. Восприятие специально подобранной музыки не требует предварительной подготовки и доступно всем детям. Музыкально-ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще, активизируют мышление. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка.

Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность, способствует формированию целенаправленной деятельности. Музыкально-ритмические занятия имеют большое значение для детей с задержкой психического развития. Это связано с тем, что характерные для них особенности нервно-психического склада, эмоционально-волевая и личностная незрелость, своеобразие деятельности и поведения, особенности двигательной и психической сферы, хорошо поддаются коррекции специфическими средствами воздействия на ребенка, свойственными ритмике.

Проблемы двигательной сферы у детей с ОВЗ (вариант 7.2) часто связаны не с нарушением опорно-двигательного аппарата, а с недоразвитием высших психических функций. У этих детей ослаблено формирование межанализаторных связей, снижено внимание, память, восприятие, мыслительное и речевое развитие. Недостатки формирования ВПФ тесно связаны с развитием общей, ручной и артикуляционной моторики ребенка.

На занятиях ритмики средствами музыки и специальных двигательных и психологических упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются такие важные для подготовки к школьному обучению личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения.

Данная **программа направлена** на коррекцию особенностей нервно-психического склада, своеобразия поведения и личностной реакции, а также эмоционально-волевой незрелости у детей с ОВЗ (вариант 7.2).

Целью программы является создание условий для личностного развития обучающихся с ОВЗ (вариант 7.2) и коррекции отклонений в психическом и физическом развитии обучающихся

с ОВЗ (вариант 7.2) , посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

Задачи программы:

- овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения со звучащими инструментами (дудки, погремушки и т.д.))
- развитие умения воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка» (динамика, темп и т. д.);
- развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие умственной деятельности, творческого воображения, памяти, формирование произвольного внимания, пространственной ориентировки и координации, улучшение осанки;
- развитие умения совместной коллективной деятельности;
- воспитание самоорганизации и самодисциплины;
- приобщение детей к музыке, совершенствование музыкально-эстетических чувств.

Учитывая, что занятия ритмикой являются частью образовательной и коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ОВЗ (вариант 7.2), можно выделить четыре **основных направления работы** с детьми, реализуемые на занятиях ритмики:

- оздоровительное;
- образовательное;
- воспитательное;
- коррекционно-развивающее.

2. Общая характеристика коррекционного курса

Занятия ритмикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, у детей формируются правильное дыхание, развиваются моторные функции, воспитывается правильная осанка, походка, грация движений, что способствует в целом оздоровлению всего детского организма.

Таким образом, на первый план выходит необходимость первоначальной коррекции двигательной сферы детей с ОВЗ (вариант 7.2) на занятиях коррекционной ритмикой.

С помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка. Музыкально - ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка.

Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность.

Занятия ритмикой тесно связаны с обучением на занятиях физкультурой и музыкой. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на занятиях физкультурой и музыкой. На занятиях ритмики происходит дальнейшее практическое освоение понятий, умений и навыков в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. Коррекционно-развивающие занятия ритмикой являются эффективной и адекватной формой проведения занятия при работе с детьми с ОВЗ (вариант 7.2), построенного на сочетании музыки, движения и слова. Ритмика является одной из своеобразных форм активной терапии (с элементами кинезотерапии) средствами специально подобранных методов и методик, направленных на преодоление недостатков психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально-волевой сферы детей с ОВЗ (вариант 7.2) средствами музыкально-ритмической деятельности и психоразвивающих упражнений, построенных на сочетании движений, музыки и слова.

Включенные в занятие игры имеют особое значение. Это связано с тем, что игра является основной формой деятельности школьников. Они способствуют развитию произвольности движений и поведения, развитию мышления, личностных качеств детей. Соревновательный характер подвижной игры активизирует личностные, и познавательные качества ребёнка. Вызывает стремление осознать правила игры, даёт возможность почувствовать свое место в команде, свою роль в общей игре. Чтобы ребёнку быть успешным в игре среди детей, ему необходимо вовремя включиться в деятельность, правильно выполнять движения и действия. Таким образом, предъявление на занятиях ритмикой заданий в игровой форме и проведение игр позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающего воздействия, а при работе с детьми с ОВЗ (вариант 7.2), иногда это и единственный способ решить на занятии все поставленные задачи. Следует также отметить, что игры создают благоприятные условия для развития творческого воображения

3. Место коррекционного курса в учебном плане

Программа по коррекционному курсу «Ритмика» рассчитана для обучающихся с ОВЗ (вариант 7.2) 1 – 4-ых классов. 33 часа (1 класс), 34 часа (2 – 4 классы). Всего на 135 часов. Одно занятие в неделю после уроков во второй половине дня, за счет часов отведённых на внеурочную деятельность. Длительность групповых занятий 40 минут. В каникулярное время занятия по «Ритмике» не проводятся.

Способ определения результативности освоения программы

Программа коррекционного курса считается освоенной, если ребенок присутствовал не менее, чем на половине занятиях по ритмике.

Форма подведения итогов

Участие в классных и общешкольных праздниках и концертах.

4. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Реализация данной программы способствует формированию у школьников ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности: потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, моральных и волевых качеств, гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников обучают творческому применению полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. Для содействия формированию у подростков адекватной оценки

своих физических возможностей и мотивов к самосовершенствованию на уроках проводится обучение учащихся организаторским умениями и навыкам проведения занятия в качестве командира отделения, капитана команды, помощника судьи, судьи и т. д. Содержание данной программы способствует расширению знаний и умений по физической культуре, обеспечивает физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учётом исторической, общекультурной и ценностной составляющей, а именно:

пониманию роли и значения физической культуры в формировании здорового образа жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья посредством организации подвижного, здорового образа жизни; овладению системой знаний о физическом развитии и физической подготовленности и функциональных системах организма; освоению умений самостоятельно организовывать занятия по различным видам спорта, регулировать физические нагрузки на этих занятиях, т. е., обучающиеся самостоятельно должны отбирать средства и методы занятий, организовывать занятия, определять эффективность занятий в соответствии с поставленной задачей, ориентируясь на индивидуальные показатели физического развития и физической подготовленности; углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта олимпийского движения в целом.

5. Планируемые результаты освоения программы коррекционного курса

Личностные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ):

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- проявление дисциплинированности и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укрепления личного здоровья.
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

Метапредметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:

- обеспечение защиты и сохранения личного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;
- планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом индивидуальных возможностей и требования сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

- формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:

- двигаться в соответствии с характером, темпом и динамикой музыки, отличать начало и конец звучания музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве, легко и ритмично ходить и бегать по кругу, между предметами, воспроизводить несложный ритм и простые движения с предметами, выполнять игровые и плясовые движения, согласовывая движения рук с движениями ног и туловища;
- выполнять дыхательные упражнения;
- использовать на уроках ритмики умения, полученные на занятиях по музыке и физической культуре;
- уметь себя самопрезентовать в выступлениях перед зрителями.

6. Содержание программы по коррекционному курсу

Программа по коррекционному курсу **содержит 4 раздела:**

- «Ритмико-гимнастические упражнения»;
- «Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами»;
- «Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»;
- «Народные пляски и современные танцевальные движения».

Структура занятий включает в себя три основные части: *подготовительную, основную, заключительную.*

Подготовительная часть занятия

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. *Задачами* этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. *Основными средствами* подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия. *Задачами* основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление); хореографические упражнения; элементы современного, бального, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия. Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Название темы	Дата		Основные виды учебной деятельности
		план	факт	
1	Вводное занятие. Ритмика. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.			Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.
2	Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Понятие темпа и ритма.			Ритмичный шаг под музыку. Разогрев под музыку. Тренировка слухового внимания. Осваивать упражнения для разогрева мышц. Выполнять команды учителя
3	Основные танцевальные правила. Постановка корпуса. Понятие «музыкальная фраза», «длительность».			Ритмичный шаг под музыку. Разогрев под музыку. Тренировка слухового внимания. Осваивать упражнения для разогрева мышц. Выполнять команды учителя
4	Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Упражнения для развития активной гибкости.			Выполнять правильно гимнастические упражнения.
5	Паузы в движении. Маршевая и танцевальная музыка.			Тренировка внимания. Осваивать виды ходьбы.

				Тренировать внимание.
6	Разучивание разминки. Знакомство с построением в линию, колонну, круг.			Тренировка внимания. Осваивать виды ходьбы. Тренировать внимание.
7	Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение из одной колонны в два ряда.			Тренировка внимания. Осваивать виды ходьбы. Тренировать внимание.
8	Ритмико-гимнастические упражнения (хлопки, выстукивание, притопы)			Точность подражательных движений. Правильно выполнять «разогревающий» комплекс упражнений. Демонстрировать подражательные движения.
9	Понятие о правой, левой руке, правой левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.			Закрепление пройденного материала. Соединение в один комплекс комплексов рук и ног. Выполнять правильно и точно комплекс прыжковых упражнений и пластический тренинг для рук и ног.
10	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, змейка.			Ритмические зарисовки. Пластический рисунок. Показ лучших пластических, ритмических рисунков, совместное обсуждение
11	Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене.)			Отработка навыка сохранения темпа в движении при беге и прыжках. Разогрев мышц и связок. Развитие образного мышления. Осваивать технику ритмического бега и прыжков. Выполнять «разогревающие» комплексы упражнений. Развивать образное мышление.
12	Танцевальные шаги (на месте и в продвижении, со сменой положения рук.)			Шагистика с хлопками – навык координированности движения. Освоение новых форм пластических упражнений.

				Отработать координационную технику. Освоить новую форму пластических упражнений.
13	Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг)			Шагистика с хлопками – навык координированности движения. Освоение новых форм пластических упражнений. Отработать координационную технику. Освоить новую форму пластических упражнений.
14	Общеразвивающие упражнения. Ритмическая композиция «Ладшки»			Шагистика с хлопками – навык координированности движения. Освоение новых форм пластических упражнений. Отработать координационную технику. Освоить новую форму пластических упражнений.
15	Поза исполнителя. Повороты на месте, в движении, наклоны			
16	Позиции ног. Понятие о рабочей и опорной ноге.			Осваивать пластический комплекс упражнений для ног.
17	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.			Танцевальная игра
18	Прямые позиции ног (I, II, III, IV). Основные правила.			Создание ритмических рисунков на заданную музыкальную тему. Постановка ног. Создавать ритмические рисунки на заданную тему. Осваивать пластический комплекс упражнений для ног
19	Позиции рук (I, II, III). Основные правила.			Создание ритмических рисунков на заданную музыкальную тему. Постановка рук. Создавать ритмические

				рисунки на заданную тему. Осваивать пластический комплекс упражнений для рук.
20	Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног.			Осваивать пластический комплекс упражнений для ног и рук.
21	Знакомство с групповым танцем. Основные правила. народный танец. (Беседа)			Хороводные шаги с кружением – отработка. Тренировка внимания.
22	Игры под музыку. Ритмическая комбинация "Гуси": шаги на месте, с остановкой на каблук.			Осваивать хороводные шаги с кружением. Тренировать внимание.
23	Ходьба с остановкой на пятках, на носках.			Осваивать комплексы ритмической шагистики и гимнастики.
24	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег.			Правильно и точно выполнять пластический комплекс.
25	Ходьба с ускорением и замедлением темпа.			Навык ходьбы в ритмическом рисунке. Поиск новых форм движения.
26	Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками.			Навык ходьбы в ритмическом рисунке. Поиск новых форм движения.
27	Повороты с продвижением. Повороты на месте.			Освоение кружений, переходов. Навык управления своим телом.
28	Повороты с продвижением. Повороты на месте.			Освоение кружений, переходов. Навык управления своим телом.
29	Смена ритма и скорости движения. «Музыкальные змейки». Движения по линии танца			Шагистика в характере музыки. Тренировка внимания
30	Общеразвивающие упражнения с предметами (мяч)			
31	Комплекс упражнений на формирование правильной			

	осанки.			
32	Диско-танец «Стирка». Танец-импровизация.			Разогрев мышц и связок. Тренировка внимания. Анализировать характер музыкальной темы, выполнять технически правильно разминочный комплекс упражнений, тренировать внимание.
33	Музыкально-подвижные игры «Карлики и великаны», «Отгадай, чей голосок»			
34	Игры под музыку			

Всего: 34 часа

8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Общие требования к организации занятий.

В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Ученикам необходимо для урока ритмики иметь тапочки и гимнастическую форму.

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 музыкальный инструмент, гимнастические скамейки, шведская стенка, стулья для отдыха для детей и для сидячих упражнений, желательно ковер или индивидуальные коврики подстилки (многие задания выполняются сидя на полу). Оборудование для проведения уроков ритмики: мячи, шары разных размеров и цвета, флажки, ленты, косынки, обручи, кегли, скакалки, гимнастические палки, колокольчики, барабанчики, бубны, ложки и т.п. – по количеству детей в классе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Базарова Н., Мэй В. Азбука классического танца. Ленинград. 1983 год.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва. 2000 год.
3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов-на-Дону. 2003. год.
4. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы. Москва. 1997 год.
5. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. Москва. 2004 год.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575997

Владелец Чурилова Наталья Ивановна

Действителен с 28.02.2021 по 28.02.2022