

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МБОУ "Шебалинская СОШ имени братьев Кравченко"**

**РАССМОТРЕНО**

Педагогическим советом

Протокол от 28.08.2023

№ 2

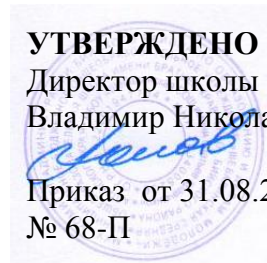
**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

Владимир Николаевич Попов

Приказ от 31.08.2023

№ 68-П



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**коррекционного курса «Ритмика»**

для обучающихся с ЗПР (вариант 7.1)

4 класса

**Бийский муниципальный район**

**Алтайский край**

**с. Шебалино**

**2023**

## **Пояснительная записка**

Курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и удовлетворяет особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР.

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.

У большинства детей с ЗПР наблюдаются следующие двигательные нарушения:

- нарушение координации движений;
- скованность при выполнении движений и упражнений;
- отсутствие плавности движений;
- недостаточная ритмичность, трудность формирования двигательного автоматизма, двигательные персеверации.

Проблемы двигательной сферы у детей с ЗПР 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 ЗПР.

Целью программы является создание условий для личностного развития обучающихся с ЗПР и коррекции отклонений в психическом и физическом развитии обучающихся с ЗПР, посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

### **Задачи программы:**

- овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения с 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 ЗПР, можно выделить четыре **основных направления работы** с детьми, реализуемые на занятиях ритмики:

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

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 ЗПР 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 ЗПР, 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 ЗПР 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 ребенку быть успешным в игре среди детей, ему необходимо вовремя включиться в деятельность, правильно выполнять движения и действия. Таким образом, предъявление на занятия ритмикой заданий в игровой форме и проведение игр позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающего воздействия, а при работе с детьми с ЗПР, иногда это и единственный способ решить на занятии все поставленные задачи. Следует также отметить, что игры создают благоприятные условия для развития творческого воображения.

#### **Организация работы по программе.**

Программа коррекционного курса «Ритмика» рассчитана на детей с ЗПР в 4 классе 34 часа (одно занятие в неделю).

## **Планируемые результаты освоения коррекционного курса "Ритмика"**

### **Личностные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

- 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 укреплении 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.

## Содержание коррекционного курса "Ритмика"

**Курс состоит из 4 разделов:**

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

№ п/п	Тема	Основные узловые моменты
1	Вводный	Инструктаж по ТБ. Разные виды ходьбы под счет, под музыку, виды бега. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Подвижная игра. Упражнения для формирования правильной осанки.
2	Разновидности ходьбы	Разновидности ходьбы и бега в зависимости от характера музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение для развития быстроты реакции движения.
3	Танцевальный шаг на полупальцах	Разновидности прыжков под счет. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах. Подвижная игра. Упражнения для развития координационных способностей
4	Перестроения	Разновидности прыжков с изменением ритма музыки. Перестроения под музыку в шеренгу, в круг. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах. Подвижная игра. Упражнения для развития гибкости
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя с изменением темпа счета, под музыку. Подвижная игра. ОРУ с флажками. Упражнения для укрепления свода стопы
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	Перекатывание, катание малого мяча, чередуя с подбрасываниями и передачами в движении под изменяющийся темп музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнения для развития пространственной ориентировки
7	Упражнения с препятствиями и на координацию движений	Перестроения. Разновидности ходьбы и с преодолением препятствий, изменением ритма движений. Чередование ходьбы и бега с перестроением под определенный темп музыкального сопровождения. Подвижная игра. Упражнения для развития гибкости и для укрепления мышц спины
8	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	Упражнение в движении с гимнастическими палками, скакалками, обручем под изменяющийся темп музыки. Подвижная игра. Упражнения для укрепления мышц пресса
9	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах
10	Вводный	Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Упражнения развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упражнения на развитие внимания
11	Упражнения на внимание	Чередование ходьбы и бега с построениями под определенные доли музыкального произведения. ОРУ. Подвижная игра. Имитационные упражнения
12	Упражнение на расслабление мышц	Чередование ходьбы и бега. Знакомство с колокольчиком, его звучанием. ОРУ. Танцевальные движения. Подвижная игра. Упражнения на релаксацию

13	Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	Основная стойка. Построения. Играть, отстукивать и отзванивать ритм мелодии. Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Подвижная игра. Упражнения на релаксацию
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Упражнения для формирования правильной осанки. Танец «Стукалка»
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Солирование с барабаном и с колокольчиками. Танец с колокольчиками. Упражнения для развития координационных способностей
16	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах
17	Импровизация движений	Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Упражнения для развития быстроты реакции
18	Упражнение в равновесии	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Стойка. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Подвижные игры. Упражнения для развития игровой деятельности
19	Индивидуальное творчество	Использование различных атрибутов, пособий для развития двигательной активности. ОРУ. Эстафеты со скакалками. Упр. для формирования правильной осанки
20	Упражнения с гимнастическими палками и с обручем	Чередование ходьбы и бега. Перестроение под музыку. ОРУ с гимнастическими палками и с обручами. Подвижные игры. Упражнения на развитие координационных способностей
21	Упражнения для развития ритма	Выполнение отсроченных движений. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. Сужение и расширение круга. ОРУ. Эстафета с обручами. Упражнения для развития пластичности
22	Упражнения на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упражнения для развития чувства ритма
23	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	Ритмико-гимнастические упражнения с флажками. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упражнения для развития чувства ритма
24	Упражнения на внимание	Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, учитывая характер музыки. ОРУ. Музыкальная игра. Упражнение на расслабление
25	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах
26	Танцевальные упражнения	Танцевальные упражнения. ОРУ в движении. Подвижная игра. Упражнения для развития чувства ритма
27	Танцевальные движения	Обучение танцевальным движениям. ОРУ. Музыкальная игра. Упражнения для укрепления свода стопы
28	Соединение движения с музыкой	Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнения для расслабления
29	Упражнения на развитие танцевального творчества	Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Кружение. Танцы «Русская плясовая», «Хороводный». Упражнения на развитие мелкой моторики рук, чувства ритма.

30	Элементы русских народных плясок	Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Подвижные игры. Упражнения на расслабление
31	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах

## Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов
<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>		<b>9</b>
1	Вводный	1
2	Разновидности ходьбы	1
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1
4	Перестроения	1
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	1
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	1
7	Упражнения с препятствиями и на координацию движений	1
8	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1
9	Итоговое занятие	1
<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами</b>		<b>7</b>
10	Вводный	1
11	Упражнения на внимание	1
12	Упражнение на расслабление мышц	1
13	Упражнение на координацию движений	1
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
16	Итоговое занятие	1
<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку</b>		<b>9</b>
17	Импровизация движений	1
18	Упражнение в равновесии	1
19	Индивидуальное творчество	1
20	Упражнения с гимнастическими палками	1
21	Упражнения с обручем	1
22	Упражнения для развития ритма	1
23	Упражнения на передачу в движении характера музыки	1
24	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой, упражнение на внимание	1
25	Итоговое занятие	1
<b>Народные пляски и современные танцевальные движения</b>		<b>9</b>
26	Танцевальные упражнения и движения	1
27	Соединение движения с музыкой	1
28	Русские народные игры	1
29- 30	Упражнения на развитие танцевального творчества	2
31- 32	Элементы русских народных плясок	2
33- 34	Итоговое занятие	2
<b>Итого</b>		<b>34</b>