

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по ритмике составлена для учащихся с расстройствами аутистического спектра (РАС) в сочетании с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ и примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с РАС (вариант 8.3).

**Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы):**

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении СанПиН «Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра МБОУ КГО «СОШ № 2 им. А.С.Пушкина»;
- Учебный план АООП РАС (вариант 8.3) МБОУ КГО «СОШ № 2 им. А.С.Пушкина» .

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА**

"Ритмика" - это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных физических и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движений, развиваются важные для школьной готовности такие личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения. Занятия по "Коррекционной ритмике" построены на сочетании музыки, движения, речи.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально -ритмическая деятельность детей. Они учатся 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) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

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

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ОВЗ часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет 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 приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся 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».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

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

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить детей с ОВЗ согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально - двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения.

Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

**Цель** – развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих **задач**:

- развитие умения слушать музыку;
- выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Учитывая психофизические особенности и особенности познавательной сферы учащихся, дополнительно поставлены следующие **коррекционные задачи**:

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти;
- развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве;
- развитие мелкой моторики;
- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела;
- развитие внимания;
- формирование положительной мотивации.

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

## ОПИСАНИЕ МЕСТА «РИТМИКА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Коррекционный курс «Ритмика» входит в область коррекционно-развивающих занятий. В учебном плане школы на освоение курса отводится 0,5 ч в неделю, 17 часов в год.

Формы организации учебной деятельности: индивидуальная, продолжительность занятия – 25 минут.

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»

Освоение обучающимися рабочей программы, предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных*.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит *личностным* результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с РАС в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

*Предметные результаты* освоения программы включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с РАС не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Достаточный уровень предполагает овладение программным материалом по указанному перечню требований.

Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с РАС. Минимальный уровень – предусматривает уменьшенный объем обязательных умений. Отсутствие достижения этого уровня по отдельным предметам не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) образовательная организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на вариант 8.4.

Минимальный и достаточный уровень предметных результатов по учебному курсу «Ритмика» определяется в конце учебного года в связи с неоднородностью состава обучающихся класса и сложностью структуры дефекта.

#### *Достаточный уровень:*

- готовиться к занятиям, входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться);

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять игровые и плясовые движения;
- предавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- предавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

### ***Минимальный уровень:***

- готовиться к занятиям, входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться);
- ориентироваться в пространстве зала (центр, правая сторона, левая сторона);
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- начинать и заканчивать движение в соответствии со звучанием музыки;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- с помощью учителя выполнять хлопками несложный ритмический рисунок;
- выполнять игровые и простые плясовые движения под контролем учителя;
- выполнять с помощью учителя движения в соответствии со звучанием музыки.

***Личностные результаты*** освоения рабочей программы включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями.

- формирование представления о себе;
- развитие элементарных представлений об окружающем мире;
- овладение социально - бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни (представления об устройстве школьной жизни; умение включаться в разнообразные повседневные школьные дела);
- владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- развитие мотивации к обучению;
- формирование навыков сотрудничества со взрослыми, сверстниками;
- формирование этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- развитие положительных свойств и качеств личности.

## СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

### Упражнения на ориентировку в пространстве

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. Выполнение во время ходьбы и бега несложных задач с предметами (обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место).

### Ритмико-гимнастические упражнения

Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

### Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино.

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 выражении их в движении. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

### Танцевальные упражнения

Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с подскоками, переменный шаг.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ «РИТМИКА»

| № п/п | Дата | Тема занятия                                                                                    | Кол-во часов |
|-------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|       |      | <b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>                                                |              |
| 1.    |      | Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала.   | 1            |
| 2.    |      | Выполнение во время ходьбы и бега несложных задач с предметами                                  | 1            |
|       |      | <b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>                                                        |              |
| 3.    |      | Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения (упражнения с лентами) | 1            |
| 4.    |      | Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения                           | 1            |
| 5.    |      | Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи)                                           | 1            |
| 6.    |      | Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен                            | 1            |
| 7.    |      | Ускорение и замедление движений в соответствии с                                                | 1            |

|     |  |                                                                                                                                          |    |
|-----|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|     |  | изменением темпа музыкального сопровождения                                                                                              |    |
| 8.  |  | Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.                                                                           | 1  |
|     |  | <b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>                                                                                  | 1  |
| 9.  |  | Упражнения на детских музыкальных инструментах                                                                                           | 1  |
| 10. |  | Игра на детском пианино                                                                                                                  | 1  |
| 11. |  | Упражнения с бубном                                                                                                                      | 1  |
| 12. |  | Исполнение несложных ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях                      | 1  |
|     |  | <b>Игры под музыку</b>                                                                                                                   | 1  |
| 13. |  | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии | 1  |
| 14. |  | Музыкальные игры с предметами                                                                                                            | 1  |
| 15. |  | Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен                                                                   | 1  |
|     |  | <b>Танцевальные упражнения</b>                                                                                                           |    |
| 16. |  | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг                                                                         | 1  |
| 17. |  | Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с подскоками, переменный шаг                                      | 1  |
|     |  | Итого                                                                                                                                    | 17 |

### Критерии оценки обучающихся по предмету «Ритмика»

**Оценка «5»** ставится, если обучающийся самостоятельно выполняет знакомые ритмические упражнения, движения с предметами (лентой, мячом), танцевальные движения, отвечающие характеру музыки, свободно ориентируется в пространстве.

**Оценка «4»** ставится, если обучающийся выполняет по инструкции знакомые ритмические упражнения, движения с предметами (лентой, мячом), 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 (лентой, мячом), танцевальные движения, отвечающие характеру музыки, ориентация в пространстве затруднена.

**Оценка «2»** не ставится.

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Специальное оборудование:*

- хореографический станок; настенные зеркала;
- дидактическое оборудование: мячи; ленты; дождевики, шары, обручи;
- комплект детских музыкальных инструментов: блок-флейта, трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, румба, маракасы, кастаньеты металлофоны, ксилофоны; свистульки, деревянные ложки;
- экранно-звуковые пособия;
- технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка),

- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, компакт - диски, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры, нотная и методическая литература).

**Учебно-практическое оборудование:**

- аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления демонстрационного материала;
- музыкальный инструмент: цифровое пианино.
- комплект музыкальных инструментов шумового оркестра: бубен, бубенцы, колокольчики, кастаньеты, ритмические палочки – clavesы, ручной барабан, ксилофон, ложки (музыкальные ложки), маракас, металлофон, треугольник, театральный реквизит (костюмы, декорации, обручи, гимнастические палки, платочки и пр.).

**Технические средства обучения**

- компьютер;
- мультимедийный проектор;
- экран;
- принтер;
- музыкальный центр;
- DVD



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109021979

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен с 11.04.2023 по 10.04.2024