

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Управление образования администрации Тотемского

муниципального округа

МБОУ "Юбилейная СОШ"

**ПРИНЯТО**

педагогическим  
советом

от 30 .08.2023 г.

протокол №1

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора

от 30.08.2023 г. № 112

**Адаптированная рабочая программа  
курса внеурочной деятельности**

**«Ритмика»**

**(1 класс)**

п. Юбилейный, 2023

## Пояснительная записка

В системе образования обучающихся с ОВЗ курс «Ритмика» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

У детей с ОВЗ наблюдается резкое снижение внимания к музыкальному звучанию, недостаточность эмоциональной отзывчивости на музыку (остаются безучастными к звучанию и спокойных лирических мелодий, и плясовой, и маршевой музыки). Детям свойственны неадекватные эмоциональные проявления при восприятии различных характерных пьес и песен, что связано с общим нарушением эмоционально-волевой сферы, слабостью интереса к окружающим предметам и явлениям вообще.

У детей с ОВЗ нарушены двигательные функции, речевая моторика.

Для возбудимых детей характерно двигательное беспокойство, нетерпеливость, отвлекаемость, эмоциональная возбудимость и неустойчивость, а заторможенным свойственны вялость, бедность движений. Наиболее адекватным методом коррекции различных нарушений у детей с является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма как их стержня.

**Общая характеристика курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

**Цель курса:** развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

**Задачи курса:**

- Развивать восприятие музыкальных образов и выразить их в движениях
- Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).
- Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.
- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.
- Развивать координацию движений.
- Развивать умение слушать музыку.
- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.
- Развивать творческие способности личности.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

**Совершенствование движений и сенсомоторного развития:** развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики.

**Коррекция отдельных сторон психической деятельности:**

коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений;

коррекция – развитие двигательной памяти;

коррекция – развитие внимания;

формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);

развитие пространственных представлений и ориентации;

развитие представлений о времени.

**Развитие различных видов мышления:**

развитие наглядно-образного мышления;

развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

**Развитие основных мыслительных операций:**

развитие умения сравнивать, анализировать;

развитие умения выделять сходство и различие понятий.

**Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:** \_\_развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности;

воспитание самостоятельности принятия решения;

формирование устойчивой и адекватной самооценки;

формирование умения анализировать свою деятельность.

**Коррекция – развитие речи:** развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

**Описание места курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» в учебном плане**

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений

Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» рассчитана:

- В 1а классе-17 часов и 1 б классе-17 часов, по 1 часу в неделю в полугодие.

**Содержание курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» (1 класс)**

**Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.**

1.1. Правильное исходное положение.

1.2. Ходьба и бег по ориентирам.

1.3. Построение и перестроение.

1.4. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.

**Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.**

2.1. Общеразвивающие упражнения.

2.2. Упражнения на координацию движений.

2.3. Упражнения на расслабление мышц.

**Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

3.1. Упражнения для кистей рук.

3.2. Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах.

3.3. Игра на музыкальных (детских) инструментах.

**Раздел 4. Музыкальные игры.**

4.1. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. 4.2. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретным образам).

4.3. Музыкальные игры с предметами.

4.4. Игры с пением или речевым сопровождением.

**Раздел 5. Танцевальные упражнения.**

5.1. Знакомство с танцевальными движениями.

5.2. Разучивание детских танцев.

**Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

## Личностные и предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области

### «Ритмика»

*Личностные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» (1 класс)*

- Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю.
  - Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.
  - Принимать участие в творческой жизни коллектива.

*Предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» (1 класс)*

- *Минимальный уровень:*
  - Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
  - ходить свободным естественным шагом;
  - выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;
- *Достаточный уровень:*
  - Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
  - ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
  - ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
  - выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

### Тематическое планирование.

№	Содержание программного материала	Кол-во часов	Коррекционная работа	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Упражнение на ориентировку в пространстве. Ходьба с высоким подниманием колен.	1	Развитие зрительного восприятия.	<a href="http://www.znaniio.ru">www.znaniio.ru</a>
2	Ритмико-гимнастические упражнения. Наклоны, выпрямления, повороты головы, круговые движения плечами.	1	Развитие зрительного и слухового восприятия.	<a href="https://infourok.ru/buklet-na-temu-igri-uprazhneniya-s-muzikalnimi-instrumentami-dlya-doshkolnikov-3099461.html">https://infourok.ru/buklet-na-temu-igri-uprazhneniya-s-muzikalnimi-instrumentami-dlya-doshkolnikov-3099461.html</a>
3	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером в музыке.	1	Развитие координации движения, внимания. Слуховое восприятие	

4	Перекрестное поднимание и опускание рук.	1	развитие координации движения и внимания.	
5	Упражнение на расслабление мышц.	1	развитие координации движения и внимания.	
6	Перестроение в круг из шеренги, цепочки.	1	Формирование представления у детей об удаленности предметов в пространстве	<a href="https://infourok.ru/buklet-na-temu-igr-uprazhneniya-s-muzikalnimi-instrumentami-dlya-doshkolnikov-3099461.html">https://infourok.ru/buklet-na-temu-igr-uprazhneniya-s-muzikalnimi-instrumentami-dlya-doshkolnikov-3099461.html</a>
7	Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.	1	Развитие координации движения. Создание музыкально-двигательного образа	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2022/02/09/sbornik-igr-i-uprazhneniy-po-osvoeniyu-igre">https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2022/02/09/sbornik-igr-i-uprazhneniy-po-osvoeniyu-igre</a>
8	Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1	понимание учебной задачи, выполнение инструкций.	
9	Танцы и пляски. Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то»	1	Развитие речи, музыкального слуха.	<a href="https://ale07.ru/music/notes/song/book/ds/muz_igr.htm">https://ale07.ru/music/notes/song/book/ds/muz_igr.htm</a>
10	Выставление левой ноги вперед, правой руки вперед собой, правой ноги -в	1	Развитие координации движения и внимания	
11	Движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами.	1	развитие координации движения и внимания.	
12	Наклоны и повороты туловища вправо, влево	1	развитие координации движения и внимания.	
13	Упражнение на расслабление мышц. Свободное круговое движение рук.	1	развитие координации движения и внимания.	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2022/02/09/sbornik-igr-i-uprazhneniy-po-osvoeniyu-igre">https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2022/02/09/sbornik-igr-i-uprazhneniy-po-osvoeniyu-igre</a>

14	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	развитие зрительного и слухового восприятия.	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2022/02/09/sbornik-igr-i-uprazhneniy-po-osvoeniyu-igre">https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2022/02/09/sbornik-igr-i-uprazhneniy-po-osvoeniyu-igre</a>
15	Знакомство с танцевальными движениями. Прямой галоп. Стигание и разгибание ног в подъеме. Упражнения на выработку осанки.	1	Развитие координации движения. Создание музыкально-двигательного образа	
16	Танцы и пляски. Приседание с опорой и без опоры, с предметами. Знакомство с танцевальными движениями. Движения парами.	1	Развитие координации движения. Создание музыкально-двигательного образа	<a href="https://infourok.ru/buklet-na-temu-igri-uprazhneniya-s-muzikalnimi-instrumentami-dlya-doshkolnikov-3099461.html">https://infourok.ru/buklet-na-temu-igri-uprazhneniya-s-muzikalnimi-instrumentami-dlya-doshkolnikov-3099461.html</a>
17	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы	1	развитие координации движения и внимания.	