

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Новосибирска  
«Средняя общеобразовательная школа № 61 имени Н.М. Иванова»

|                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«СОГЛАСОВАНО»</b></p> <p>На заседании МО учителей<br/>Протокол № <u>1</u><br/>От <u>30.08.</u> 2021г<br/>Руководитель МО <u>[подпись]</u><br/><u>Искенбаева Е.Н.</u></p> | <p><b>«СОГЛАСОВАНО»</b></p> <p>Зам. директора по УВР<br/><u>Цибельская О.С.</u><br/><u>[подпись]</u><br/>«<u>31</u>» <u>08</u> 2021 г.</p> | <p><b>«УТВЕРЖДАЮ»</b></p> <p>Директор ОУ<br/><u>[подпись]</u> / А.В. Алейников /<br/>Приказ № <u>16</u><br/>От <u>30.08</u> 2021 г.</p>  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика»  
для детей ОВЗ  
с задержкой психического развития (ЗПР, вариант 7.2)  
на уровень начального общего образования**

---

г. Новосибирск  
2021

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для детей с задержкой психического развития (далее – ЗПР) разработана в соответствии с **нормативными документами и на основе методических материалов:**

1. Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (далее ФГОС НОО ОВЗ).

2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 N 373 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 22 декабря 2009 г., регистрационный № 15785) (с изменениями) (далее - ФГОС НОО).

3. АООП НОО для учащихся с ЗПР, вариант 7.2 МБОУ СОШ №61 им. Н.М.Иванова

4. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15)) – <http://fgosreestr.ru/> (Реестр основных общеобразовательных программ Министерства образования и науки РФ).

5. Примерная основная образовательная программа начального общего образования (Одобрено Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию. Протокол заседания от 8 апреля 2015 г. № 1/15);

6. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / [сост. Е. С. Савинов]. — 4-е изд., перераб. — М.: Просвещение, 2012. — 223 с. — (Стандарты второго поколения).

7. Примерная программа по учебным предметам. Начальная школа. В 2 ч. – 3-е изд. — М.: Просвещение, 2010. – 317 с. – (Стандарты второго поколения).

8. Планируемые результаты начального общего образования / [Л.Л.Алексеева, С.В.Анащенкова, М.З.Биболетова и др.]; под ред. Г.С.Ковалёвой, О.Б.Логиновой. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2011. – 120 с. – (Стандарты второго поколения).

9. Оценка достижений планируемых результатов в начальной школе. Система знаний. В 3 ч. Ч. 2 / [Л.Л.Алексеева, А.А.Вахрушев, М.З.Биболетова и др.]; под ред. Г.С.Ковалёвой, О.Б.Логиновой. – М.: Просвещение, 2011. – 240 с. – (Стандарты второго поколения).

10. Авторской программы по ритмике Н.А.Цыпиной.

**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.

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 занятиях 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.

Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развиваются мышечное чувство, пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Музыкально-ритмическая деятельность способствует формированию четкости, точности движений, что сказывается на всей учебной деятельности школьников. На уроках ритмики происходит дальнейшее практическое освоение этих понятий, умений и навыков в специфической форме музыкально- ритмической деятельности.

Для развития основных компетенций на уроках ритмики применяют следующие механизмы:

- «Ценностно-смысловая компетенция»: постоянное обращение к реальной жизни, к окружающей действительности.
- «Образовательная компетенция»:
  - преодоление отклонений в психическом и физическом развитии;
  - развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
  - совершенствование музыкально – эстетического чувства;
  - совершенствование пространственной ориентировки и координации, улучшение осанки и повышение жизненного тонуса. «Учебная компетенция»
  - воспринимать на слух, различать и понимать такие специфические средства музыкального «языка», как звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп.

## **Методы и методические приемы обучения**

В курсе обучения хореографии применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Уроки ритмики сориентированы на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

## **Принципы обучения**

• Процесс обучения в курсе хореографии построен на реализации дидактических принципов.

• Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

• Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

• Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

• Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

• Принцип гуманности в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

- Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

### **Место предмета в учебном плане**

Коррекционный курс «Ритмика» реализуется с 1 по 4 классы по 1 часу в неделю – в 1, 1 дополнительном классах – по 33 часа, во 2-4 классах – по 34 часа в год. Всего за 5 лет – 168 часов (вариант 7.2.).

### **Способ определения результативности освоения программы**

Программа считается освоенной, если ребенок присутствовал не менее, чем на половине занятиях по ритмике. По окончании курса дети получают сертификат.

### **Форма подведения итогов**

Участие в классных и общешкольных праздниках и концертах .

### **Планируемые результаты обучения**

Развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, двигательной активности, координации движений, двигательных умений и навыков; формирование умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий; овладение специальными ритмическими упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов и т.д.), упражнениями на связь движений с музыкой; развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития; овладение подготовительными упражнениями к танцам, овладение элементами танцев, танцами, способствующими развитию изящных движений, эстетического вкуса; развитие выразительности движений и самовыражения; развитие мобильности.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

*К концу первого года обучения выпускник научится:*

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

*выпускник получит возможность научиться:*

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики.

*К концу второго года обучения выпускник научится:*

- различать начало и конец музыкального вступления.
- называть названия новых танцевальных элементов и движений.
- соблюдать правила исполнения движений в паре.

*выпускник получит возможность научиться:*

- откликаться на динамические оттенки в музыке,

- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- реагировать на музыкальное вступление;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению;
- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

*К концу третьего года обучения выпускник научится:*

- опознавать структуру музыкального произведения
- выделять названия основных танцевальных элементов и движений.
- соблюдать правила исполнения движений в танце.

*выпускник получит возможность научиться:*

- двигаться в ритм с музыкой,
- выполнять основные ритмические рисунки;
- начинать двигаться на музыкальное вступление;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению;
- хорошо ориентироваться в рисунках танца;
- исполнять движения в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

*К концу четвертого года обучения выпускник научится:*

- различать основные виды музыкальных произведений
- называть названия танцевальных движений и их использование
- соблюдать правила исполнения движений в танцевальной группе

*выпускник получит возможность научиться*

- двигаться в соответствии с характером музыки
- выполнять простейшие акробатические упражнения
- передвигаться в танцевальных рисунках
- связывать движения в танцевальные комбинации
- выступать на сцене

### **Содержание программы**

**Целью** занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

Коррекционная работа на занятиях ритмикой базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. На занятиях осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся.

**Основные направления** работы по ритмике:

**восприятие музыки** (в исполнении педагога и аудиозаписи): определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух

громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух музыки двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки;

**упражнения на ориентировку в пространстве:** простейшие построения и перестроения (в одну и две линии, в колонну, в цепочку, в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в классе, различные положения в парах и т. д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты;

**ритмико-гимнастические упражнения:** общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц;

**упражнения с детскими музыкальными инструментами:** игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

**игры под музыку:** музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования (кто скорее, кто лучше, кто более и т.д.), игры по ориентировке в пространстве;

**танцевальные упражнения:** выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев;

**декламация песен под музыку:** выразительная декламация песен под музыкальное сопровождение и управление педагога, воспроизведение ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.).

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 (1 доп) -4 кл.

| №<br>раздела<br>ла<br>темы | Наименование<br>разделов и<br>тем                         | Количество часов |                |            |            |            | Ито<br>го<br>по<br>разделам<br>тем |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------|----------------|------------|------------|------------|------------------------------------|
|                            |                                                           | 1кла<br>сс       | 1кла<br>сс доп | 2кла<br>сс | 3кла<br>сс | 4кла<br>сс |                                    |
| 1                          | Ритмико-гимнастические упражнения                         | 11               | 11             | 11         | 11         | 11         | 55                                 |
| 2                          | Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами | 7                | 7              | 7          | 7          | 7          | 35                                 |

|   |                                                            |    |    |    |    |    |     |
|---|------------------------------------------------------------|----|----|----|----|----|-----|
| 3 | Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 18  |
| 4 | Народные и современные танцевальные движения               | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 60  |
|   | <b>ИТОГО</b>                                               | 33 | 33 | 34 | 34 | 34 | 168 |

### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

- учебный кабинет, актовый зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD – караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

### **Учебно-методическое обеспечение**

1. Андреева М. Дождик песенку поет. – М.: Музыка, 1981.
2. Бекина С., Ломова Т., Соковина Е. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
3. Бекина С., Ломова Т. Хоровод веселый наш. – М.: Музыка, 1980.
4. Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1984.
5. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1989.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991.
7. Бергер Н. Сначала - Ритм – Композитор, Санкт-Петербург 2004
8. Коренева Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли - ч.1, ч. 2. Владос. 2002.