

Департамент образования и науки
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
(Тюменская область)

**КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«НЕФТЕЮГАНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»
(КОУ «НЕФТЕЮГАНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»)**

УТВЕРЖДЕНА

приказом № 173 от 17.08.2023 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ АДАптиРОВАННАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«РИТМИКА»**

возраст обучающихся: 7-9 лет

срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Базилова С.Т., педагог

дополнительного образования

г. Нефтеюганск – 2023

Оглавление

№	Название раздела	Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Учебно-тематический план	7
3.	Содержание программы	11
4.	Методическое обеспечение программы	12
5.	Список литературы	13

1. Пояснительная записка

Программа «Ритмика» разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации №1026 от 24.11.22г. «Об утверждении федеральной адаптированной основной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Министерства образования и науки РФ №1599 от 19.12.14г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее-Стандарт);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Уставом КОУ «Нефтеюганская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

1.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» имеет художественно-эстетическую направленность, т.к. ориентирована на развитие общей и эстетической культуры обучающихся, музыкальных образов в создании музыкальных способностей.

1.2 Актуальность программы заключается в том, что занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей с ОВЗ: нужно правильно понять, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения. В основе ритмики лежит обучение управлять своим телом через работу мышц. Постепенно через умение управлять своими мышцами вырабатывается навык раскрытия эмоционального внутреннего состояния ребёнка. Такая форма занятий, где пластика тела и музыка соединяются в целое, помогает раскрыть потенциальные способности ребёнка, создает разностороннего творческого человека.

На занятиях ритмикой постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно занятия ритмикой наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей с ОВЗ развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

1.3. Цель программы: обучающийся, который умеет выполнять музыкально-ритмические и танцевальные движения;

Задачи программы:

- научить двигательным навыкам, музыкальному слуху и чувству ритма;
- воспитывать эстетический и художественный вкус;

1.4. Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы: 7-9 лет.

1.5. Срок реализации программы: 1 учебный год

1.6. Ожидаемые результаты.

Программа определяет два уровня освоения программы – достаточный и минимальный. Ожидаемые личностные и предметные результаты (минимальный и достаточный уровни) представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Ожидаемые результаты освоения дополнительной образовательной программы

Минимальный уровень	Достаточный уровень	Личностные результаты
<p>Знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> -входить и выходить из учебного помещения со звонком; -ориентироваться в пространстве класса; -следовать предложенному плану и работать в общем темпе; <p>Умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> -готовиться к занятиям, входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение; -ходить свободным естественным шагом; -ходить и бегать по кругу; -ритмично выполнять несложные движения 	<p>Знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнять наклоны и повороты туловища под музыкальное сопровождение; -выполнять движения руками в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты); -выполнять упражнения на выработку осанки; -отстукивать прохлопывать, притопывать простые ритмические рисунки; <p>Умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> -готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, -приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение 	<p>Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству;</p> <p>активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;</p> <p>проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;</p> <p>проявление</p>

<p>руками и ногами; -выполнять игровые и плясовые движения после показа учителя; -начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</p>	<p>(стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне; -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 начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</p>	<p>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.</p>
---	---	---

1.7. Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

Оценка уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством входного, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Входная диагностика – проводится на первом занятии в целях определения стартового уровня образовательных возможностей обучающихся; в форме опроса и в рамках вводного практического занятия.

Для отслеживания результативности образовательного процесса и выявления творческого роста, обучающихся используются:

- *промежуточный контроль* – проводится в конце полугодия с целью выявления уровня усвоения Программы. Осуществляется в форме: опроса и практической деятельности.
- *итоговый контроль реализации Программы* – оценка уровня и качества освоения обучающимися Программы по завершению периода обучения по Программе. Форма контроля: *выступление*.

По качеству освоения программного материала выделены следующие уровни знаний, умений и навыков:

- высокий - программный материал усвоен обучающимися детьми полностью, воспитанник имеет высокие достижения;
- достаточный - усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;
- ниже достаточного - усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в практических заданиях.

В качестве форм подведения итогов по программе используются: фото-и видеоматериалы; выступления детей на открытых мероприятиях; участие в тематических праздниках; итоговое занятие; публичные выступления.

2. Учебно-тематический план

№ п/п	Разделы	Всего часов	Теория	Практика
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	18	1	17
2	Ритмико-гимнастические упражнения	11		11
3	Игры под музыку	11		11
4	Танцевальные упражнения.	14		14
5	Танец	7	2	5

Календарно-тематический план

№ п/п	Дата	Тема	Кол -во часов	Форма занятия
1 четверть				
1.		Вводное занятие. Ритмика. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1	Практическая деятельность
2.		Построение в шеренгу.	1	Практическая деятельность
3.		Правильное исходное положение	1	Практическая деятельность
4.		Приветствие	1	Практическая деятельность
5.		Знакомство с построением в линию	1	Практическая деятельность
6.		Разучивание разминки	1	Практическая деятельность
7.		Разучивание разминки.	1	Практическая деятельность
8.		Перестроение из одной колонны в два ряда.	1	Практическая деятельность
9.		Упражнения на ориентировку в пространстве (Коняшка)	1	Практическая деятельность
10.		Упражнения на ориентировку в пространстве (Бусы).	1	Подвижная деятельность
11.		Упражнения на ориентировку в пространстве (Часы).	1	Практическая деятельность
12.		Ходьба с остановкой на пятках, на носках.	1	Практическая деятельность
13.		Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег.	1	Практическая деятельность
14.		Ходьба с ускорением и замедлением темпа.	1	Подвижная деятельность
15.		Ходьба с движением рук. Бег на носках	1	Практическая

		мелкими шагами, с хлопками.		деятельность
16.		Повороты с продвижением. Повороты на месте.	1	Практическая деятельность
2 четверть				
17.		Смена ритма и скорости движения. «Музыкальные змейки». Движения по линии танца.	1	Подвижная деятельность
18.		Общеразвивающие упражнения с предметами (мяч).	1	Практическая деятельность
19.		Понятие о правой, левой руке, правой левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	Практическая деятельность
20.		Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения (Медвежата).	1	Практическая деятельность
21.		Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений (Пилоты).	1	Практическая деятельность
22.		Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц.	1	Подвижная деятельность
23.		Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения (Медвежата).	1	Практическая деятельность
24.		Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений (Пилоты).	1	Практическая деятельность
25.		Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц.	1	Практическая деятельность
26.		Общеразвивающие упражнения с палкой, обручем, мячом.	1	Подвижная деятельность
27.		Упражнения на выработку осанки.	1	Практическая деятельность
28.		Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц.	1	Практическая деятельность
29.		Игры под музыку (Птичья стая).	1	Практическая деятельность
30.		Игры под музыку (Ноги-ножки).	1	Подвижная деятельность
31.		Игры под музыку (Где же наши ручки)	1	Практическая деятельность
3 четверть				
32.		Музыкально-подвижные игры «Карлики и великаны».	1	Подвижная деятельность
33.		Музыкально-подвижные игры «Отгадай, чей голосок»	1	Практическая деятельность
34.		Игры под музыку. «Море волнуется раз»	1	Практическая деятельность
35.		Игра-танец « Двигайся- замри».	1	Практическая деятельность
36.		Игра « Снег руками загребаю»	1	Практическая деятельность

				деятельность
37.		Игра «Дети и медведь».	1	Подвижная деятельность
38.		Игра - «День - ночь».	1	Практическая деятельность
39.		Игра «Горелки».	1	Практическая деятельность
40.		«Спортивный фестиваль»	1	Практическая деятельность
41.		Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене.)	1	Подвижная деятельность
42.		Танцевальные шаги (на месте и в продвижении, со сменой положения рук.)	1	Практическая деятельность
43.		Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг)	1	Практическая деятельность
44.		Танцевальные упражнения (Ножки скачут по дорожке)	1	Практическая деятельность
45.		Комплекс упражнений на формирование правильной осанки	1	Подвижная деятельность
46.		Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1	Практическая деятельность
47.		Бег лёгкий, на полупальцах.	1	Практическая деятельность
48.		Подпрыгивание на двух ногах.	1	Практическая деятельность
49.		Прямой галоп.	1	Подвижная деятельность
50.		Простой хороводный шаг.	1	Практическая деятельность
51.		Движение парами: бег, ходьба, кружение на месте.	1	Подвижная деятельность
52.		Хороводы в кругу.	1	Практическая деятельность
4 четверть				
53.		Пляски с притопами. С кружением, хлопками.	1	Подвижная деятельность
54.		Элементы русской пляски.	1	Практическая деятельность
55.		Танец « Поклонись».	1	Практическая деятельность
56.		Танец –ускорялочка «Да, да, да-сказала голова».	1	Практическая деятельность
57.		Танец « Яблочко».	1	Практическая деятельность
58.		Русский народный танец « Калинка»	1	Подвижная деятельность
59.		Русский народный танец « Как у наших у ворот».	1	Практическая деятельность
60.		Танец «Клап-снап».	1	Практическая деятельность

61.		Танец «Клап-снап».	1	Практическая деятельность
62.		Диско-танец. Танец-импровизация.	1	Подвижная деятельность
63.		Танец-импровизация.	1	Практическая деятельность
64.		Игры на музыкальных инструментах.	1	Практическая деятельность
65.		Игры на музыкальных инструментах	1	Практическая деятельность
66.		Подвижные игры под музыку.	1	Подвижная деятельность
67.		Повторение.	1	Практическая деятельность
68.		Повторение. Урок-концерт.	1	Практическая деятельность

3. Содержание программы

Введение.

Вводное занятие. Понятие «ритмика». Техника безопасности при работе с спортивными снарядами (мяч, обруч, гимнастическая палка).

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Строятся в шеренгу. Выстраиваются в линию. Перестраиваются из одной колонны в два ряда. Ходят с остановкой на пятках, на носках. Ходят с высоким подниманием колен и легким бегом. Ходят с ускорением и замедлением темпа. Бегают на носках мелкими шагами, с хлопками.

Ритмико-гимнастические упражнения.

Выполняют упражнения с предметами (мяч, обруч, гимнастическая палка). Выполняют упражнения на координацию движений.

Игры под музыку.

Выполняют игровые упражнения под музыку. Соблюдают правила игры.

Танцевальные упражнения

Выполнять танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, шаг-пружинка, шаг с подскоком). Идут простым хороводным шагом. Двигаются парами: бег, ходьба, кружение на месте. Выполняют хороводы в кругу.

Танец

Выполняют пляски с притопами, с кружением, хлопками. исполняют русские народные танцы, современные игро-танцы. выполняют импровизацию под танцевальную музыку.

4. Методическое обеспечение программы **Технические средства обучения (ТСО)**

1. Компьютер.
2. Интерактивная доска.
3. Мультимедийный проектор.
4. Аудиоаппаратура (колонки).
5. Принтер.

Учебно-практическое оборудование

1. Бубенцы;
2. Колокольчики;
3. Кастаньеты;
4. Ксилофон;
5. Ложки (музыкальные ложки);
6. Маракас;
7. Металлофон;
8. Погремушки;

5. Список литературы:

1. Р.М. Плотникова. Программа по ритмике для детей с нарушением интеллекта специального (коррекционного) образовательного учреждения. Екатеринбург.
2. И.Г. Лопухина. Речь, Ритм, Движение, СП изд-во «Дельта»
3. М.А Косицина, И.Г. Бородина Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.; Изд-во «Гном» и Д.
4. Научно-методический журнал «Коррекционная педагогика: теория и практика» № 2(32), Евтушенко Е.В. «Системный подход к организации работы по музыкальному воспитанию умственно отсталых учащихся»
5. Элементарное музыкальное воспитание по системе Карла Орфа /Под ред. Л.А.Барейбойма. - М.
6. Бгажнокова И.М. Психология умственно отсталого школьника. М.
7. Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе /Под ред. В.В. Воронковой. М.
8. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение
9. Медведева Е.А. и др. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. / Под ред. Е.А.Медведевой. - М
10. Наглядные пособия и наглядно-дидактические материалы: карточки с изображением нот, раскраски.
11. Федеральная адаптированная образовательная программа (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1025 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (Зарегистрирован 21.03.2023 № 72653)