Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 36»

Программа рекомендована к
работе педагогическим советом школы
Протокол №1 от 28.08.20г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «СОШ №36»
Хрипливец Е.В.
_____

Приказ № 511 от 31.08.2020г.

Программа обсуждена на
методическом объединении учителей
Протокол №1 от 27.08.2020г.
Руководитель МО:
_____Саидова С.Ф..

Подписано цифровой подписью: Хрипливец Евгения Владимировна
Дата: 2021.03.17 09:51:05 +07'00'

Программа курса коррекционно-развивающих занятий (соматосенсорных) **«Ритмика»** для учащихся 1-4 классов с ОВЗ

Составитель программы
учитель МБОУ «СОШ № 36»
Зятькова О.С.

Новокузнецкий городской округ, 2020г.

1. Пояснительная записка

Программа коррекционно-развивающего курса «Ритмика» для учащихся 1- 4 классов с ЗПР (вариант 7.2) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования учащихся с ограниченными возможностями здоровья, на основе требований к результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования учащихся с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития, вариант 7.2) МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 36», программы формирования универсальных учебных действий.

Данный курс направлен на коррекцию особенностей нервно - психического склада, своеобразия поведения и личностной реакции, а также эмоционально-волевой незрелости у детей с ЗПР.

Целью *коррекционно-развивающего курса «Ритмика»* является создание условий для личностного развития учащихся с ЗПР и коррекции отклонений в психическом и физическом развития учащихся с ЗПР, посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

Задачи:

-укрепление здоровья, коррекция недостатков психомоторной и эмоционально - волевой сфер;

- развитие общей и речевой моторики;

- развитие умения слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением или пением;

- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция пространственной ориентировки.

2. Общая характеристика коррекционно-развивающего курса «Ритмика»

Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п. Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности. При разработке программы учитывались способности учащихся с ЗПР, их индивидуальные и возрастные особенности.

Коррекционно - развивающий курс «Ритмика» направлен на:

-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.

3. Описание места коррекционно-развивающего курса «Ритмика» в учебном плане

Коррекционно-развивающий курс «Ритмика» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений учебного плана.

В соответствии с учебным планом МБОУ «СОШ № 36» коррекционно- развивающий курс (соматесенсорный) «Ритмика» изучается с 1 по 4 класс по 1 часу в неделю.

В 1 классах на коррекционно-развивающий курс «Ритмика» отводится 33 часа в год; во 2 - 4 классах -35 часов в год. Продолжительность занятия - 40 минут.

4. Описание ценностных ориентиров содержания коррекционно - развивающего курса «Ритмика»

Ценностъ истины - это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

Ценность свободы как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

Ценность гражданственности - осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма - одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность искусства танца - как способ познания красоты, гармонии, духовного мира человека, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения коррекционно-развивающего курса «Ритмика»

Личностные результаты:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

Результаты коррекционно-развивающего курса:

1) развитие умения ориентироваться в пространстве, легко и ритмично двигаться, между предметами, воспроизводить несложный ритм и простые движения с предметами, выполнять игровые и плясовые движения, согласовывая движения рук с движениями ног и туловища;

2) двигаться в соответствии с характером, темпом и динамикой музыки, отличать начало и конец звучания музыкального произведения;
3) развитие умений самопрезентации.

6. Содержание программы коррекционно-развивающего курса «Ритмика»
1 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Форма	Содержание деятельности
	Вводное занятие-2 часа		
1	Знакомство с танцевальным залом	Беседа	Знакомство с техникой безопасности и правилами поведения в зале
2	Ориентация в пространстве		
	Оздоровительная аэробика и партерная гимнастика-8 часов		
3	Базовые шаги	Музыкальное занятие	Разновидности ходьбы. Бег. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Партерная гимнастика Разновидности прыжков. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах (под музыку). Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Изучение комплекса танцевальной аэробики. Тренировочные упражнения у станка и в партере
4	Партерная гимнастика		
5	Упражнение для стоп		
6	Партер-упражнение на натяжение и расслабление корпуса.		
7	Партер-упражнение для мышц пресса.		
8	Партер-упражнение для мышц спины.		
9	Комплекс танцевальной аэробики		
10	Сказочная аэробика		
	Танцевальная азбука-12 часов		
11	Позиции в классическом танце, балет.	Музыкально е занятие	Танцевальные упражнения. Обучение танцевальным движениям: «Пружинка», «Кружение на месте». ОРУ в движении. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию. Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ.
12	Пордебра		
13	Русский танец		
14	4 группы позиции ног в народно-сценическом танце.		
15	Исполнение подбивок в народно-сценическом танце.		
16	Исполнение русского переменного хода.		
17	Изучение подготовки к дробному стуку горох.		
18	Исполнение 3 дроби с подскоком, с акцентом.		
19	Изучение ковырялочки - чистый вид.		

20	Моталочка - чистый вид.		
21	Подготовка к веревочке- чистый вид.		
22	Танцы разных народов.		
	Ритмическая гимнастика с предметами, акробатика-6 часов		
23	Упражнения с гимнастической палкой	Музыкально е занятие	Выполнение упражнений с различным инвентарём. Упражнение в движении с обручем, скакалкой, гимнастической палкой под изменяющийся темп музыки. Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.
24	Упражнения со скакалкой.		
25	Упражнения с мячом.		
26	Упражнения с обручем.		
27	Упражнения с фитболом.		
28	Элементы акробатики.		
	Игры-5 часов	Музыкально-ритмические упражнения и игры	Музыкально- ритмические игры
29	Беговые ролевые игры.		
30	Музыкально-ритмическая игра «Бабочки и жуки».		
31	Музыкально-ритмическая игра «Цапли, воробьи».		
32	Танцевальные игры.		
33	Музыкально-ритмическая игра «Танцуй как я»		
	ИТОГО: 33 часа		

2 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Форма	Содержание деятельности
1	**Вводное занятие**	Беседа	Знакомство с техникой безопасности и правилами поведения в зале
	Оздоровительная аэробика и партерная гимнастика-7 часов		
2	Ориентация в пространстве.	Кружок Музыкально-ритмические упражнения и игры	Основная стойка. Разновидности шага. Построение. ОРУ, Отстукивание, отзванивание ритма мелодий. Подвижная игра на развитие
3	Оздоровительная аэробика и партерная гимнастика.		
4	Базовая аэробика.		
5	Аэробика в полу.		
6	Аэробика в стиле фанк.		
7	Аэробика в стиле латино.		

8	Сказочная аэробика.		
	Танцевальная азбука-8 часов		координационных способностей. Упражнение на релаксацию. Изучение комплекса танцевальной аэробики Тренировочные упражнения у станка и в партере Изучение позиций в разных стилях танца Чередование ходьбы и бега. ОРУ с гимнастическими палками. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию. ОРУ с гимнастическими скакалками. Упражнение на релаксацию.
9	Танцевальная азбука.		
10	Позиции в классическом танце.		
11	Пордебра.		
12	Пордебра на полупальцах.		
13	Полька.		
14	Русский танец.		
15	Переменный русский ход.		
16	Танцы народов севера.		
	Ритмическая гимнастика с предметами, акробатика-8 часов		
17	Ритмическая гимнастика с предметами, акробатика.		
18	Упражнения с гимнастической палкой в парах.		
19	Растяжка на гимнастической палке.		
20	Плие у станка.		
21	Упражнения с мячом в парах.		
22	Круговая тренировка.		
23	Комплекс упражнений на фитболе		
24	Комплекс упражнений со скакалкой.		
	Игры-12 часов	Музыкально-ритмические упражнения и игры	Музыкально- ритмические игры
25	Игры.		
26	Игры на развитие сенсорной чувствительности.		
27	Игра «Робот».		
28	Игра «Котик - мурлыка».		
29	Игра «Зеркало».		
30	Игра «Делай как я».		
31	Имитационные игры.		
32	Игра «У оленя дом большой».		
33	Игра «У дяди Томаса».		
34	Игра-фонетическая зарядка		
35	Игра «Любопытная Варвара»		
	ИТОГО: 35 часов		

3 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Форма	Содержание деятельности
1	**Вводное занятие.**		
	Оздоровительная аэробика-5часов		
2	Оздоровительная аэробика.	Кружок Музыкально-ритмические	Изучение комплекса танцевальной аэробики Тренировочные
3	Здоровый образ жизни.		
4	Партерная гимнастика.		
5	Базовая аэробика.		
6	Основные шаги в аэробике.		
	Танцевальная азбука-13часов		
7	Танцевальная аэробика.		

8	Танцевальная азбука.		упражнения у станка и в партере.
9	Вальс.		
10	Базовые шаги вальса.		
11	Русский танец.		Изучение позиций в разных стилях танца Разучивание упражнения «потопаем
12	Подбивки в русском танце.		
13	Хлопушки.		
14	Мужские комбинации в русском		
15	Женские комбинации в русском		
	танце.		
16	Хип-хоп.		
17	Основной кач.		
18	Пульсация.		
19	Базовые движения.		
	Ритмическая гимнастика с		
	предметами, акробатика-5 часов		
20	Упражнения с предметами в парах.		
21	Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку		
22	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой		
23	Комбинация из 3 акробатических упражнений.		
24	Комбинация из 5 акробатических		
	упражнений.		
	Игры-12 часов		
25	Игры.		
26	Игры на развитие сенсорной чувствительности.		
27	Игра «Робот».		
28	Игра «Котик - мурлыка».		
29	Игра «Зеркало».		
30	Игра «Делай как я».		
31	Имитационные игры.		
32	Игра «У оленя дом большой».		
33	Игра «У дяди Томаса».		
34	Игра-фонетическая зарядка		
35	Игра «Любопытная Варвара»		
	ИТОГО: 35 часов		

4 класс

№ п/п	Содержание раздела	Форма организации	Вид деятельности
1	**Вводное занятие** Оздоровительная аэробика и партерная гимнастика-7 часов	Беседа	Знакомство с техникой безопасности и правилами поведения в зале
2	Ориентация в пространстве.	Кружок	Инструктаж по ТБ. Разные виды ходьбы под счет, под музыку, виды бега. ОРУ. Упражнения для формирования правильной осанки. Танцевальные движения в различных стилях. Разновидности прыжков под счет. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах. Отражение хлопками ритмического рисунка мелодии. Разучивание польки, русского танца, танцев народов Севера
3	Оздоровительная аэробика и		
	партерная гимнастика.		
4	Базовая аэробика.		
5	Аэробика в полу.		
6	Аэробика в стиле фанк.		
7	Аэробика в стиле латино.		
8	Сказочная аэробика.		
	Танцевальная азбука-8 часов		
9	Танцевальная азбука.		
10	Позиции в классическом танце.		
11	Разновидности ходьбы		
12	Танцевальный шаг на полупальцах		
13	Полька.		
14	Русский танец.		
15	Переменный русский ход.		
16	Танцы народов Севера.		
	Ритмическая гимнастика с предметами, акробатика-8 часов		
17	Ритмическая гимнастика с предметами, акробатика.		
18	Упражнения с гимнастической палкой в парах.		
19	Растяжка на гимнастической		
	палке.		
20	Плие у станка.		
21	Упражнения с мячом в парах.		
22	Круговая тренировка.		
23	Комплекс упражнений на фитболе.		
24	Комплекс упражнений со скакалкой.		
	Игры-11 часов		
25	Игры.	Музыкально-ритмические упражнения и игры	Музыкально-ритмические упражнения и игры
26	Игры на развитие сенсорной		
	чувствительности.		
27	Игра «Робот».		
28	Игра «Котик - мурлыка».		
29	Игра «Зеркало».		
30	Игра «Делай как я».		
31	Имитационные игры.		
32	Игра «У оленя дом большой».		
33	Игра «У дяди Томаса».		
34	Игра «Ручеек»		
35	Игра «Фонетическая зарядка»		

	ИТОГО: 35 часов		

7. Тематическое планирование с определением основных видов

№ п\п	Раздел	1 год	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Оздоровительная аэробика и партерная гимнастика	8	2	6
3.	Танцевальная азбука	12	1	11
4.	Ритмическая гимнастика с предметами и акробатика	6	1	5
5.	Игры.	5		5
Всего:		**33**	**5**	**28**

2 класс

№ п\п	Раздел	2 год	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Оздоровительная аэробика и партерная гимнастика	7	1	6
3.	Танцевальная азбука	8	1	8
4.	Ритмическая гимнастика с предметами и акробатика	8	2	7
5.	Игры.	11	3	8
Всего:		**35**	**7**	**28**

3 класс

№ п\п	Раздел	3 год	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Оздоровительная аэробика и партерная гимнастика	5	1	4
3.	Танцевальная азбука	13	1	12
4.	Ритмическая гимнастика с предметами и акробатика	5	1	4
5.	Игры.	11	3	8
Всего:		**35**	**7**	**28**

4 класс

№ п\п	Раздел	4 год	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Оздоровительная аэробика и партерная гимнастика	7	1	6
3.	Танцевальная азбука	8	1	8
4.	Ритмическая гимнастика с предметами и акробатика	8	2	7
5.	Игры	11	2	9
Всего:	**35**	**6**	**29**	

Описание материально-технического обеспечения

Учебнаялитература:

1.Затямина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика М.: Глобус, 2009

2. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре первый класс М.: Вако, 2010

3. Ковалько В.И. Младшие школьники после уроков. 750 развивающих игр М.: Эксмо, 2007

4. Касицина М.А., Бородина И.Г. Коррекционная ритмика М. 2007

5. Кочетков А.Ф. Учебный видео - проект «Шесть ступеней мастерства»: «Детские танцы»

6. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Стандарты второго поколения. М: Просвещение, 2011

Технические средства обучения:

1. Магнитофон;
2. Компьютер;
3. Компакт-диски с записью из детских мультфильмов (ремиксы, минусовки) экспозиционный экран;
4. Видеоуроки с обучающими материалами

Цифровые образовательные ресурсы:

1. Информационно-коммуникационные технологии в образовании [электронный ресурс] - Режим доступа: http://www.ict.edu.ru/ (дата обращения: 17.05.2019);
2. Фестиваль открытый урок [электронный ресурс] - Режим доступа: Festival.1september.ru (дата обращения: 17.05.2019);
3. Хореографу в помощь [электронный ресурс] - Режим доступа: Dancehelp.@mail.ru (дата обращения: 17.05.2019); Мир танца [электронный ресурс] - Режим доступа: www.dance - city.narod.ru (дата обращения: 17.05.2019);
4. Тренируйся вместе с нами [электронный ресурс] - Режим доступа: www.trenirovka.ru(дата обращения: 17.05.2019);

Учебно-практическое оборудование:

1. Мяч.
2. Палка гимнастическая
3. Спортивная лента
4. Обруч алюминиевый
5. Музыкальные инструменты: погремушки, бубны
6. Гимнастический коврик