

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционно-развивающего курса
«РИТМИКА»

Уровень общего образования (класс): **начальное общее образование,**
1 – 4 классы

Составители РП:
заместитель директора по УВР,
учителя начальных классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа коррекционно-развивающего курса «Ритмика» для 1 – 4 классов разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ЗПР, на основе авторской программы Н.А. Цыпиной «Ритмика» для общеобразовательных учреждений: коррекционно-развивающее обучение (начальные классы)

Программа коррекционно-развивающего курса «Ритмика» имеет художественно-эстетическую направленность. Ритмика – это упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Программа основана на личностно-ориентированном обучении. Задача педагога состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребёнка, не в формировании сроков и темпов, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребёнку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей. В младшем школьном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. Доступность ритмики основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям школьников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Рабочая программа является коррекционной для обучения учащихся с ЗПР. Программа составлена с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, тем самым обеспечивая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Коррекционная работа представляет собой систему психолого-педагогических и медицинских средств, направленных на преодоление и/или ослабление недостатков в психическом и физическом развитии обучающихся с ЗПР.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА

Цель коррекционно-развивающего курса «Ритмика» заключается:

- в обеспечении общего развития младших школьников, направленного на исправление недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности, эстетическому воспитанию;
- в создании системы комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения процесса освоения АООП НОО обучающимися с ЗПР, позволяющего учитывать их особые образовательные потребности на основе осуществления индивидуального и дифференцированного подхода в образовательном процессе.

Основные задачи курса:

- формировать у учащихся представления об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки;
- расширять рамки культурного образования, гармонизация развития детей специфическими средствами танцевального искусства;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственных личностных качеств, дисциплинированности, организованности, коллективизма;

- увеличивать периоды двигательной активности в учебном процессе, развивать потребность в двигательной активности как основы здорового образа жизни;
- преодолевать недостатки психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально-волевой сферы учащихся.

Преподавание ритмики в коррекционном общеобразовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с ЗПР средствами музыкально-ритмической деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание курса выстроено с учетом специфики усвоения учебного материала детьми, испытывающими стойкие трудности в обучении, причиной которых является задержка психического развития различного характера.

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: развитие восприятия, представлений, ощущений; развитие различных видов памяти; 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).

Особенностью в содержании работы по музыкально-ритмическому воспитанию является включение этого вида деятельности в учебный процесс: установление межпредметных связей в различных дисциплинах как эстетического цикла (музыка, изобразительная деятельность, выразительное чтение), так и других (математика, окружающий мир), в стимулировании развития основных психических процессов: внимания, памяти, воли, восприятия, образного мышления средствами музыки и выразительного движения.

Коррекционный курс «Ритмика» содержит следующие разделы:

1. Основы музыкальной грамоты.
2. Общеразвивающие и ритмико-гимнастические упражнения.
3. Музыкально-образные игры и упражнения.
4. Танцы и танцевальные движения.

Необходимо учитывать, что в ритмике принят концентрический метод работы, т.е. данные разделы изучаются не последовательно, а комплексно. Каждый урок включает в себя материал из разных разделов: ритмическую разминку, элементы музыкальной грамоты, освоение различных танцевальных движений и танцев, музыкальные игры и образные упражнения.

Раздел «Основы музыкальной грамоты» включает в себя знакомство с основами музыкальной грамоты, необходимыми для развития музыкального восприятия, формирования осознанного отношения к музыке и понимания законов построения музыкального произведения. Через движение, музыкально-ритмические упражнения и игры закрепляются основные понятия: характер музыки, средства музыкальной выразительности (темп, динамика, ритм), строение музыкального произведения (вступление, части, фразы, затакт), метроритм. Дети учатся передавать в движении общий характер музыки и ее настроение. В процессе знакомства с разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями в ходе сопровождения танцевальных упражнений и танцев происходит обогащение слушательского опыта и

музыкального кружозора учащихся, развивается и закрепляется интерес к музыке различных направлений и стилей.

Раздел «Общеразвивающие и ритмико-гимнастические упражнения» включает в себя комплекс упражнений и элементов, формирующих и развивающих у детей мышечное чувство, равновесие, правильную осанку, гибкость, ориентировку в пространстве, координацию и культуру движения. Это способствует подготовке моторно-двигательного аппарата к выполнению более сложных танцевальных движений и комбинаций.

В раздел «Музыкально-образные игры и упражнения» входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа. Музыкальные игры применяются для закрепления полученных знаний, навыков, дают возможность развивать и углублять творческие способности детей, учат их создавать музыкально-двигательные образы, развивают быстроту мышечной реакции, ориентировку в пространстве, психические процессы (внимание, память, мышление), преодолевают скованность, воспитывают у детей дисциплинированность, волю, чувство коллективизма.

Раздел «Танцы и танцевальные движения» предусматривает знакомство учащихся с разнообразием хореографического искусства, музыкой и лексикой разных национальностей, основными средствами танцевальной выразительности (мимика, пластика, жест), способствует развитию координации движений, танцевальности и выразительности исполнения, формированию художественного вкуса, учит культуре поведения и общения. Большое место в танцевальном репертуаре отводится игровому образному танцу, который позволяет детям танцевать для собственного удовольствия, раскрывать собственную душу и эмоционально знакомиться с культурой своего народа.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения коррекционного курса «Ритмика» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укреплении личного здоровья;
- использование ценности танцевальной культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей;
- раскрытие и реализация своих творческих способностей.

Метапредметные результаты

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

- управление эмоциями;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

Предметные результаты

- выполнение ритмических комбинаций;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В результате изучения коррекционного курса «Ритмика» обучающийся должен:

1 класс

Знать:

- назначение класса хореографии;
- правила безопасности при выполнении упражнений с предметами и без них;
- названия простых общеразвивающих упражнений;
- правила личной гигиены при занятиях физическими упражнениями;
- термины: динамические оттенки (громко-тихо), характер музыки (весело-грустно), темп музыки и движения (быстро-медленно), вступление;
- названия разученных движений, положений и танцев.

Уметь:

- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- ориентироваться в классе, выполнять простейшие построения и перестроения;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- передать простейший ритмический рисунок;
- выполнять основные танцевальные движения и общеразвивающие упражнения;
- реагировать на музыкальное вступление;
- перестроиться в заданную фигуру;
- передавать в движении музыкальные контрасты;
- реализовывать запрограммированные действия по условному сигналу;
- участвовать в разученных танцах.

2 класс

Знать:

- строение музыкального произведения;
- жанры музыкального произведения;
- термины, определяющие характер движения (5-6 определений);
- термины, связанные с различными перестроениями;
- позиции ног;
- названия разученных танцевальных движений.

Уметь:

- начинать и заканчивать движение одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы;
- свободно двигаться под музыку различного характера;
- правильно исполнять разученные движения и фигурные перестроения;
- участвовать в разученных новых танцах.

3 класс

Знать:

- изученные термины и их значение;
- названия разученных танцев и танцевальных движений.

Уметь:

- выражать хлопками и другими движениями сильные доли;
- передавать различными формами движения усиление и ослабление музыки;
- ритмично и чётко выполнять общеразвивающие упражнения;
- подбирать самостоятельно свободные движения под музыку различного характера;
- выполнить упражнения в отсроченном движении;
- правильно исполнять разученные танцевальные элементы;
- участвовать в исполнении разученных плясок и танцев.

4 класс

Знать:

- все изученные термины и их значение;
- названия всех разученных движений и танцевальных элементов.

Уметь:

- выполнять любые общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку различного характера и темпа;
- отражать изменением движения любые изменения в музыке;
- передавать ритмический рисунок любых знакомых песен и музыкальных пьес;
- импровизировать под музыку различного характера;
- правильно исполнять разученные движения;
- участвовать в исполнении разученных танцевальных композиций.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС (33 ч.)

№	Разделы	Темы	Количество часов
1	Основы музыкальной грамоты	Понятие «Ритмика». Основные движения, понятия.	1 ч.
2	Общеразвивающие и ритмико-гимнастические упражнения	Разучивание разминки. Направления движения. Ход лицом и спиной. Углы поворотов на носках. Галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног. Перестроения. «Линии». Перестроения. «Змейка» «Хоровод». Перекаты стопы. Перестроения, «Шахматы» Ходьба с координацией рук и ног. Бег и подскоки. Упражнения для развития позвоночника. Закрепление изученных упражнений. Основные движения, переходы в позиции рук. Упражнения на выстукивание под музыку. Отработка упражнений. Закрепление изученного. Общеразвивающие упражнения.	17 ч.

3	Музыкально-образные игры и упражнения	Элементы асимметричной гимнастики. Движения на развитие координации. Упражнения на развитие тела под музыку. Красота движений. Проверка ориентации. Танец «Стирка» «Я – герой сказки». Любимый персонаж (имитация под музыку). Правила игры и техника безопасности. Музыкально-ритмическая игра: «Магазин игрушек». Музыкально-ритмическая игра: «Я и мир вокруг». Многообразность и необычность движений. Игра «Волк и Заяц».	10 ч.
4	Танцы и танцевальные движения	Позиции ног. Основные понятия. Позиции рук. Основные понятия. Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка. Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные). Урок-смотр знаний.	5 ч
ИТОГО			33 ч.

2 КЛАСС (34 ч.)

№	Разделы	Темы	Количество часов
1	Основы музыкальной грамоты	Введение «Что такое ритмика?» Характер музыки Передача в движении шагом различного характера музыки. Темп, динамика, акцент. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Музыкальные размеры 2/4; 4/4. Метроритм – сильная и слабые доли такта «Ах вы сени, мои сени» Обобщающий урок. Определение сильных и слабых долей.	8 ч.
2	Общеразвивающие и ритмико-гимнастические упражнения	Виды ходьбы: легкая, бодрая, на носках. Виды бега: стремительный, высокий, широкий. Виды прыжков: легкие и сильные, энергичные прыжки с ноги на ногу.	3ч.
3	Музыкально-образные игры и упражнения.	Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических изменений в музыке. Ритмические движения с лентами. Обобщающий урок Игра с пением «Новый год у ворот». Инсценировка р.н.п. «Веселые музыканты»	6 ч.
		Упражнения с детскими музыкальными инструментами: упражнения с мячом под стихотворный текст «Мой веселый звонкий мяч». Исполнение восходящей и нисходящей гаммы (металлофон)	4 ч.

		Исполнение ритмических рисунков «Как на тоненький ледок», «Ах вы сени мои сени».	
4	Танцы и танцевальные движения	Разучивание элементов танца: Выставление ноги на пятку, на носок. Кружение через правое плечо, левое плечо. Кружение парами на месте и на ходу. Обобщающий урок. Игры. Приставной шаг. Переменный шаг. Галоп прямой, боковой. Шаг с притом. Р.н.м. «Из под дуба». Разучивание шага польки. Танец полька. Обобщающий урок. Игры с пением	13 ч.
ИТОГО			34 ч.

3 КЛАСС (34 ч.)

№	Разделы	Темы	Количество часов
1	Основы музыкальной грамоты	Введение. Теоретические сведения. Совершенствование навыков движений под музыку на 2/4; 4/4. Ходьба, бег, прыжки, поскоки. Совершенствование навыков движений под музыку на 2/4; 4/4. Ходьба, бег, прыжки, поскоки. Сохранение и быстрое изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального произведения.	4 ч.
2	Общеразвивающие и ритмико-гимнастические упражнения	Ходьба с носка на пятку пружинящим шагом. Ходьба с высоким поднимаем колен и легкий бег на носках. Прыжки на скакалке под музыку. Музыкальная эстафета	6 ч.
3	Музыкально-образные игры и упражнения	Слушание музыкальных произведений. Передача движениями динамических акцентов музыки. Ритмические движения с флажками. Инсценировка песни «К нам гости пришли»	5 ч.
		Упражнения с детскими музыкальными инструментами: исполнение восходящей и нисходящей гаммы (металлофон). Передача сильных и слабых долей «Колыбельная», «Добрый жук». Обобщающий урок. Создание и повторение заданного ритмического рисунка (бубен, барабан)	5 ч.
4	Танцы и танцевальные движения	Совершенствование элементов танца – шаги, бег. Легкие прыжки. Шаг с носка на пятку, скользящий шаг. Шаг с носка на пятку, скользящий шаг. Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед и в сторону. Повороты кистей, плавное поднятие и опускание рук вперед и в сторону. Разучивание пляски с притопами. Шаги польки вперед и назад. Основные шаги народных танцев. Танцевальная фантазия. Танец кукол. Обобщающий урок года.	14 ч.

ИТОГО	34 ч.
--------------	--------------

4 КЛАСС (34 ч.)

№	Разделы	Темы	Количество часов
1	Основы музыкальной грамоты	Обучение ритмике в 4 классе: цели и задачи. Основные понятия. Ходьба. Упражнения на развитие координации. Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев.	1 ч.
2	Общеразвивающие и ритмико-гимнастические упражнения	Движения по линии танца. Перестроения для танцев. Движение на развитие координации. Элементы асимметричной гимнастики. «Красота движений» - компоновка ОРУ. Партерный экзерсис. Разминка. «Зимний вальс». Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Основные движения танца «Зимний вальс». Упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Классический экзерсис. Постановка тела. Танец «Сударушка». Танец «Сударушка». Тесты для определения подвижности голеностопного сустава. Танец «Сударушка». Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов. Танец «Душа моя кадрили». Тесты на развитие голеностопного сустава.	11 ч.
3	Музыкально-образные игры и упражнения	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения). Традиции народа в своеобразии движений. Танец «Душа моя кадрили». Музыкально-ритмические игры «Переноска мяча», «Кто раньше?»	5 ч.
4	Танцы и танцевальные движения	Позиции рук. Основные правила. Позиции ног. Основные правила. Танец «Зимний вальс». Фигурный вальс. Классический экзерсис. Классический экзерсис. Позиции ног, позиции рук. Позиции ног, рук в паре. Отработка движений. Танец «Ладочки». Просмотр видеозаписи народных танцев. Танец «Вальс». Понятие о сложной координации. Ведение в паре. Ведение в паре. Танец «Вальс» Закрепление. Танцы «Сударушка», «Вальс», «Ладочки». Народная хореография. Танец «Душа моя кадрили». Основные движения танца «Кораблик детства». Танцевально-ритмические упражнения танца «Кораблик детства». Закрепление. Танец «Кораблик детства». Основные движения танца «Рилио». Движения в паре. Танец «Рилио». Урок – смотр знаний. Подготовка к выступлению.	17 ч.
ИТОГО			34 ч.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ

1. «Общеразвивающие упражнения на уроках ритмики в 1-4 классах»
2. «От теории к практике», музыкальный репертуар.
3. Методика хореографической работы в школе. Бондаренко Л.А. – К.: Музыкальная Украина, 1985.
4. Ритмика и танец. Бондаренко Л.А. – К.: 1989.
5. Ритмическая мозаика. Буренина А.И. – СПб.: 2000.
6. Ритм. Жак-Далькроз Э. – М.: Классика-XXI, 2001.
7. Народные танцы. Иванникова О.В. – М.: АСТ, 2007.
8. Музыка. Программа 1-8 класс. Кабалевский Д.Б. – М.: Просвещение, 2004.
9. Коррекционная ритмика. Касицина М.А., Бородина И.Г. – М.: ГНОМ и Д, 2007.
10. Дружить со спортом и игрой. Попова Г.П. – В.: Учитель, 2007.
11. Лечебно-профилактический танец. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Фитнес-Данс». – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
12. Танцевально-игровая гимнастика для детей. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
13. Танцетерапия: танцевально-оздоровительные методики для детей. Черемнова Е.Ю. – Ростов н/Д: Феникс, 2007.
14. Психогимнастика. Чистякова М.И. – М.: Просвещение, ВЛАДОС, 1995
15. Обучение детей с ЗПР: организация индивидуальных и групповых занятий в классе коррекционно-развивающего обучения. Шамарина Е.В. – М.: ГНОМ и Д, 2007.

2. Технические средства

1. Магнитная доска.
2. Персональный компьютер с принтером и ксероксом.
3. Фотокамера цифровая.
4. Видеокамера цифровая со штативом.
5. Аудио/видеомагнитофон.
6. CD/DVD-проигрыватели.
7. Телевизор. С диагональю не менее 72 см.
8. Проектор для демонстрации слайдов.
9. Мультимедийный проектор.
10. Экспозиционный экран (размер не менее 150 x 150 см)
11. Видеофильмы
12. Аудиозаписи
13. Набор музыкальных инструментов.

3. Экранно-звуковые пособия

1. Видеофильмы, соответствующие содержанию обучения (по возможности).
2. Слайды (диапозитивы), соответствующие содержанию обучения (по возможности).
3. Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения.

4. Оборудование класса

1. Оборудование рабочего места учителя и учеников.
 - ученические двухместные столы с комплектов стульев
 - стол учительский с тумбой
2. Шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий и пр.

3. Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц.
4. Музыкальные инструменты.
5. Наглядные демонстрационные пособия;
6. Коврики для выполнения упражнений;
7. Мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.