

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 2»

УТВЕРЖДЕНО  
приказом № 116/2-26-195  
от 31. 08. 2021

внесены изменения  
приказом директора школы  
от 11.01.2022г № 116/2-26-30

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**АООП для детей с задержкой психического развития**  
**(вариант 7.1)**  
по ритмике 5 класс

Составлена:

Михальчук Н.А.,

учителем ритмики

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по ритмике для 5 классов составлена на основе примерной адаптированной общеобразовательной программы основного общего образования для детей с ОВЗ. Соответствует ФГОС ООО и учебному плану школы. Данная программа не превышает требования к уровню подготовки обучающихся с ОВЗ.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе восприятия музыки.

Задачи программы:

- развитие восприятия музыкальных образов и умения выражать их в движениях у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- развитие музыкальных способностей у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления);

- развитие чувства ритма, темпа, такта, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- развитие координации движений у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- развитие умений слушать музыку у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- формирование навыков выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- развитие творческих способностей личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

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.).

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, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);

- развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);

- развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);

- коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирования умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);

- развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

### **3. ОПИСАНИЕ МЕСТА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

Коррекционный курс «Ритмика» реализуется в рамках коррекционно-развивающей области учебного плана для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

На освоение коррекционного курса «Ритмика» отводится 1 час в неделю. 5 классе – 1 час, 34 учебные недели, 34 часа в год.

### **4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Изучение ритмики в основной школе дает возможность обучающимся достичь следующих результатов развития:

***в личностном направлении:***

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивов учебной деятельности и личного смысла учения; овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками; проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

***в метапредметном направлении:***

- владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления в разных формах и видах физкультурной деятельности;
- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результатов;
- умение понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

***В предметном направлении выпускник научится:***

- понимать роль физической культуры для укрепления здоровья; позитивное влияние физической культуры на развитие человека;
- уметь организовывать здоровьесформирующую и здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия и т.д.)
- различать ошибки при выполнении учебных заданий, производить отбор способов их исправления;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр, творческих заданий;
- владеть основными физическими качествами;
- организовывать и проводить со сверстниками музыкальные и сценические игры, показательные выступления;
- анализировать и давать объективную оценку результатов собственного труда;
- выполнять технические действия с предметами без музыкального сопровождения и с музыкальным сопровождением;

-использовать жизненно важные двигательные навыки и умения разными способами, в различных условиях.

## 5. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

### 5 класс

#### **Знания о физической культуре.**

#### **Физическая культура и её базовая составляющая – гимнастика.**

Всероссийская федерация художественной гимнастики. Профилактика травматизма во время занятий гимнастикой. Одежда, инвентарь и место для самостоятельных занятий гимнастическими упражнениями, хореографией.

#### **Из истории физической культуры.**

Гимнастические упражнения, их влияние на физическое развитие. Виды гимнастической разминки. Работа с предметом, как средство развития моторики.

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств (гармоничного развития, формирования правильной осанки).

Самостоятельный подбор упражнений для физического совершенствования.

**Танцевальные движения.** Ритм и пластика, координация движений под музыку. «Флеш-моб» в едином стиле и смешанном, основные танцевальные движения. Постановка номера. Показательное выступление.

**Спортивно-оздоровительная деятельность.** Упражнения общей партерной разминки. Упражнения для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты. Выполнение гимнастических, акробатических, танцевальных движений под музыку (ритм).

**Хореографическая подготовка.** Элементы танцевальных движений: «Ковырялочка», «Припадания», чередование шагов на полупальцах, на пятках. Вращения корпуса. Показательное выступление.

**Упражнения с предметами.** Упражнения со степ доской. Кардио-нагрузка. Ритмическая дорожка. Показательное выступление.

**Спортивные эстафеты.** Правила игр и спортивных эстафет. Игровые задания с использованием гимнастических упражнений, гимнастических предметов. Показательное выступление.

## 6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 класс

#### Знания о физической культуре (34ч)

№ урока	Тема урока	Часы
	1. Понятие «Физическая культура» (2ч)	

1	Всероссийская федерация художественной гимнастики.	1
2	Профилактика травматизма во время занятий гимнастикой. Одежда, инвентарь и место для самостоятельных занятий гимнастическими упражнениями, хореографией.	1
<b>2. Из истории физической культуры (1ч)</b>		
3	Гимнастические упражнения, их влияние на физическое развитие. Виды гимнастической разминки. Работа с предметом, как средство развития моторики.	1
<b>3. Физкультурно-оздоровительная деятельность (4ч)</b>		
4-5	Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств (гармоничного развития, формирования правильной осанки).	2
6-7	Самостоятельный подбор упражнений для физического совершенствования.	2
<b>4. Танцевальные движения (9ч)</b>		
8-9	Ритм и пластика, координация движений под музыку.	2
10,11,12	Флеш-моб» в едином стиле и смешанном, основные танцевальные движения.	3
13,14,15	Постановка номера.	3
16	Показательное выступление	1
<b>5. Спортивно- оздоровительная деятельность (6ч)</b>		
17-18	Упражнения общей партерной разминки.	2
19-20	Упражнения для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты.	2
21-22	Выполнение гимнастических, акробатических, танцевальных движений под музыку (ритм).	2
<b>6. Хореографическая подготовка (4ч)</b>		

23-24	Элементы танцевальных движений: «Ковырялочка», «Припадания», чередование шагов на полупальцах, на пятках	2
25	Вращения корпуса.	1
26	Показательное выступление	1
<b>7. Упражнения с предметами(5ч)</b>		
27-28	Упражнения со степ доской. Кардио-нагрузка.	2
29-30	Ритмическая дорожка.	2
31	Показательное выступление	1
<b>8. Спортивные эстафеты(3ч)</b>		
32-33	Правила игр и спортивных эстафет. Игровые задания с использованием гимнастических упражнений, гимнастических предметов.	2
34	Показательное выступление	1

## **7. ВИДЫ И ФОРМЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие формы контроля:

Стартовый контроль (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Текущий контроль (контрольная диагностика):

-прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;

- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;

- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;

- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

- промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Итоговый контроль (итоговая диагностика), позволяющий определить

итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Содержательный контроль и оценка результатов развития обучающихся умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) предусматривает выявление индивидуальной динамики развития познавательных процессов и двигательной сферы и не допускает сравнения одного ребенка с другими детьми.

## **8. МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКАЯ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Помещение для занятий (хореографический кабинет).

Техническое оснащение (компьютер, мультимедиа оборудование)

Скакалки, обручи, мячи, степ-доски.

Аптечка.

### **Учебно-методическое обеспечение**

Физическая культура. Гимнастика. 1—4 классы. В 2 ч. Ч. 1

Физическая культура. Гимнастика. 1—4 классы. В 2 ч. Ч. 2

Комплекты учебных изданий авторов И. А. Винер, Н. М. Горбулиной, О. Д.

Цыганковой. Учебное пособие для общеобразовательных организаций;

«Издательство «Просвещение» -2020г.

Пособие для учителей. Физическая культура. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики; «Издательство «Просвещение» -2020г.