

Филиал муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
Сорокинской средней общеобразовательной школы №3 Сорокинская средняя  
общеобразовательная школа №2

РАССМОТРЕНО  
на заседании методического  
совета  
протокол №1 от 28.08.2020 года



УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ Сорокинской СОШ №3  
Сальникова В.В.  
103/4 Од от 31.08.2020г.

**Адаптированная рабочая программа  
для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2)  
по коррекционному курсу «Ритмика» для 2 класса  
на 2020/2021 уч. г.**

**Составитель:  
Сальникова МА., учитель  
начальных классов**

с. Б.Сорокино  
2020 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения. В рамках данного курса осуществляется коррекция моторной сферы обучающихся с ЗПР, что может способствовать как их познавательному развитию (в первую очередь совершенствованию регуляции деятельности), так и эстетическому развитию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца.

Примерная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися с задержкой психического развития адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования**

*Личностные результаты* освоения АООП НОО обучающимися с ЗПР включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции, социально значимые ценностные установки, необходимые для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с ЗПР в культуру, овладение ими социо-культурным опытом.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР *личностные результаты* освоения АООП НОО должны отражать:

- 1) осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 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, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
  - 6) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
  - 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;
  - 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям
  - 11) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
  - 12) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
  - 13) владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, в том числе с использованием информационных технологий;
- способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации.

**Метапредметные результаты** освоения АООП НОО включают освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями (составляющими основу умения учиться) и межпредметными знаниями, а также способность решать учебные и жизненные задачи и готовность к овладению в дальнейшем АООП основного общего образования.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР *метапредметные результаты* освоения АООП НОО должны отражать:

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;

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

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

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

овладение навыками смыслового чтения доступных по содержанию и объему художественных текстов и научно-популярных статей в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям на уровне, соответствующем индивидуальным возможностям;

7) 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;

8) 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;

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

10) 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;

11) овладение некоторыми базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты** освоения АООП НОО с учетом специфики содержания предметных областей включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР **предметные результаты** должны отражать:

Результаты освоения **коррекционно-развивающей области** АООП НОО обучающихся с ЗПР должны отражать:

**Коррекционный курс «Ритмика»:** 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.

### ***Коррекционный курс «Ритмика»***

**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.).

Содержание коррекционно-развивающей области может быть дополнено Организацией самостоятельно на основании рекомендаций ПМПК, ИПР обучающихся с ЗПР.

Выбор коррекционно-развивающих курсов для индивидуальных и групповых занятий, их количественное соотношение, содержание самостоятельно определяется Организацией, исходя из психофизических особенностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР.

### **Содержание программы**

#### ***Раздел «Волшебная музыка»***

Обучение умению слушать и воспринимать музыку. Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.

Музыкальный ритм. Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков.

Дифференциация звуков по высоте (высокие, низкие, средние) и динамике (громкие, умеренные, тихие).

Знакомство с музыкальными инструментами и их звучанием (фортепиано, аккордеон).

Игра на ударно-шумовых инструментах (маракас, бубен, треугольник). Свободное, естественное движение под музыку в соответствии с ее характером, динамикой и высотой звучания.

### ***Раздел «Гимнастика»***

Общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Приседания с опорой и без опоры. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.

Строевые упражнения на развитие координации и внимания. Различные виды ходьбы и бега с согласованными движениями рук и ног; рук, ног и головы.

Образная разминка на напряжение и расслабление мышц. Силовые упражнения на основные мышцы рук, ног, спины; упражнения на расслабление: встряхивание кистью, руками, ногами, растяжка.

Комплексы упражнений для профилактики нарушений осанки. Изучение элементов партерной гимнастики. Совершенствование гибкости и пластичности. Наклоны вперед, назад, в стороны, круговые движения; наклоны вперед, кисти на полу; сидя на полу, наклоны вправо, влево, вперед; сидя на полу в парах, наклоны вперед; Мышечное утомление. Комплекс упражнений для снятия усталости мышц, релаксация. Развитие общей выносливости.

### ***Раздел «Игротерапия»***

Разучивание логоритмических упражнений с озвучиванием. Музыкальная логоритмика Железновой «Бычок», «Га-га-га», «На лошадке», «Улитка».

Разучивание игр с пением: «Похлопаем в ладошки», «Давайте мы попрыгаем».



Инсценировка песен «Капельки прыг-прыг», «Злую тучку наказали...»; составление танцевальной композиции на основе знакомых танцевальных элементов и текста песни.

Музыкальные упражнения и игры с обручем: карусель, мельница, волна; прыжок через обруч, вращение обруча на руке, на талии.

Подвижные игры, сопровождающиеся речью или музыкой: «Ровным кругом», «Космонавты», «Угадай, чей голосок».

### ***Раздел «Танцевальная мозаика»***

Упражнения на ориентировку в пространстве. Движения по линии танца. Разучивание движений: на носках, каблуках; шаги с вытянутого носка; перекаты стопы; высоко поднимая колени «цапля»; выпады; ход лицом и спиной; бег с подскоками. Кружения, повороты и перестроения в танце. Кружение с перебиранием ног, кружение на одной ноге, кружение в паре, бег на носочках по кругу, повороты, движения к центру круга с подниманием рук, перестроения,

Позиции рук в танце по одному (вдоль корпуса, руки на пояс, на юбочку, за спиной, «полочка», кулачки на пояс) и в паре («Корзиночка», «Высокая корзиночка», «Лодочка», плотное положение).

Позиции ног (свободная и VI позиция).

Знакомство с русскими народными танцами. Постановка рук: на поясе в кулачках, скрещенные на груди. Разучивание элементов русского танца: тройной притоп, ковырялочка, шаг – удар, елочка.

Разучивание танцевальных этюдов: «Куклы - неваляшки», «Зайки», танцев «Летка-Енька» и «Маленьких утят».

### **Материально-техническое оснащение учебного процесса.**

-музыкальные инструменты: барабан, дудочка, маракас, бубен, треугольник, фортепиано, аккордеон, гармонь, балалайка, трещотки, деревянные ложки, баян, гитара.;

-ноутбук, звуковые колонки, фонотека музыкального материала;

-мячи, обручи, мягкие модули, ленты, воздушные шары, скакалки.

## Тематическое планирование

2 класс (1 час в неделю, всего 34 часа).

№ п/п	Тема урока.	Кол. Часов	Основные виды деятельности учащихся	Дата
	<b>I четверть</b>	9		
<b>Раздел «Волшебная музыка»</b>				
1	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1	Слушание музыки, беседа, игра «Веселый, грустный, спокойный»	
2	Музыкальный ритм. Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков.	1	Слушание музыки, упражнения с различным ритмическим заданием, игровая деятельность.	
3	Игра на ударно-шумовых инструментах (маракас, бубен, треугольник).	1	Слушание музыки, упражнения с музыкальными инструментами, игровая деятельность.	
<b>Раздел «Гимнастика».</b>				
4	Общеразвивающие упражнения.	1	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений (далее – ОРУ), игровая деятельность.	
5	Строевые упражнения на развитие координации и внимания.	1	Выполнение комплекса ОРУ, различные виды ходьбы и бега с согласованными движениями рук и ног, рук, ног и головы; игра «Карлики и великаны».	
6	Образная разминка на напряжение и расслабление мышц.	1	Выполнение комплекса ОРУ, силовые упражнения на основные мышцы рук, ног, спины; упражнения на расслабление: встряхивание кистью, руками, ногами, растяжка.	
7	Комплексы упражнений для профилактики нарушений	1	Участие в беседе «Значение осанки и способы ее	

	осанки.		корректировки», разучивание коррекционных упражнений (далее – КУ) для укрепления мышц шеи, верхнего плечевого пояса, спины. Игра «Замри».	
8	Изучение элементов партерной гимнастики.	1	Выполнение комплекса упражнений в партере на все группы мышц, игровая деятельность.	
<b>Раздел «Танцевальная мозаика».</b>				
9	Позиции рук. Позиции ног. Основные правила.	1	Выполнение комплекса РГУ, знакомство с позициями рук и ног в танцах, повторение изученных элементов танца.	
	<b>II четверть</b>	7		
10	Движения по линии танца.	1	Разучивание движений: -на носках, каблуках; -шаги с вытянутого носка; -перекаты стопы; -высоко поднимая колени «цапля»; -выпады; -ход лицом и спиной; -бег с подскоками. Игра «Топ и хлоп».	
11	Кружения, повороты и перестроения в танце.	1	Кружение с перебиранием ног, кружение на одной ноге, кружение в паре, бег на носочках по кругу, повороты, движения к центру круга с подниманием рук, перестроения, игровая деятельность.	
12	Элементы народной хореографии: ковырялочка,	1	Просмотр видео «Знакомство с русскими	

	тройной притоп, шаг – удар, елочка.		танцами»; постановка рук: на поясе в кулачках, скрещенные на груди, разучивание элементов русского танца: тройной притоп, ковырялочка, шаг – удар, елочка.	
13-14	Разучивание танца «Куклы - неваляшки».	2	Выполнение комплекса РГУ, разучивание танца «Куклы - неваляшки», конкурсное исполнение танца.	
15-16	Разучивание танца «Зайки».	2	Выполнение комплекса РГУ, разучивание танца «Зайки на поляне танцевали», конкурсное исполнение танца	
	<b>III четверть</b>	10		
<b>Раздел «Волшебная музыка»</b>				
17	Знакомство с музыкальными инструментами и их звучанием (фортепиано, аккордеон).	1	Слушание музыки, упражнения с музыкальным инструментами, игровая деятельность.	
18	Дифференциация звуков по высоте (высокие, низкие, средние) и динамике (громкие, умеренные, тихие).	1	Слушание музыки, беседа, выполнение танцевальных движений в соответствии с музыкой. Игра «Музыкальный канон».	
<b>Раздел «Игротерапия».</b>				
19-20	Разучивание логоритмических упражнений «Бычок», «ГА-га-га».	2	Выполнение комплекса РГУ, разучивание логоритмических упражнений с озвучиванием, конкурсное исполнение.	
21-22	Инсценировка песен «Капельки прыг-прыг», «Злую тучку наказали».	2	Выполнение комплекса РГУ, составление танцевальной композиции на основе знакомых танцевальных элементов и	

			текста песни, конкурсное исполнение.	
23-24	Музыкальные игры с пением: «Похлопаем в ладошки», «Давайте мы попрыгаем».	2	Выполнение комплекса РГУ, игровая деятельность.	
25	Игры с обручем.	1	Выполнение комплекса РГУ, фигуры с обручем: карусель, мельница, волна; прыжок через обруч, вращение обруча на руке, на талии. Игра «Сова».	
26	Подвижные игры.	1	Разучивание игр «Ровным кругом», «Космонавты», «Угадай, чей голосок», игровая деятельность.	
	<b>IV четверть</b>	8		
<b>Раздел «Гимнастика».</b>				
27	Совершенствование гибкости и пластичности.	1	Выполнение комплекса РГУ, оценка уровня гибкости, разучивание комплекса упражнений на гибкость.	
28	Мышечное утомление и способы ее преодоления с помощью музыки (релаксация).	1	Знакомство с проявлениями мышечной усталости и способами ее преодоления, разучивание КУ для снятия усталости мышц, релаксация «Греемся на солнышке».	
29	Развитие общей выносливости.	1	Различные виды ходьбы, бега с ритмическим заданием, комплекс упражнений в партере на все группы мышц.	
<b>Раздел «Азбука танца»</b>				
30-31	Разучивание танца «Маленьких утят».	2	Выполнение комплекса РГУ, разучивание танца «Маленьких утят», конкурсное исполнение	

			танца.	
32-33	Разучивание танца «Летка-Енка».	2	Выполнение комплекса РГУ, разучивание танца «Летка-Енка», конкурсное исполнение танца.	
34	Урок – концерт.	1	Конкурсное исполнение танцев и упражнений по выбору учащихся.	