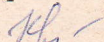
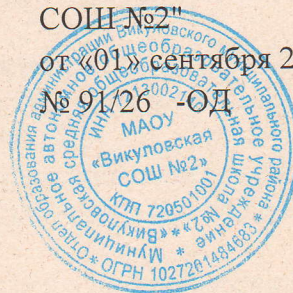


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Викуловская средняя общеобразовательная школа №2»

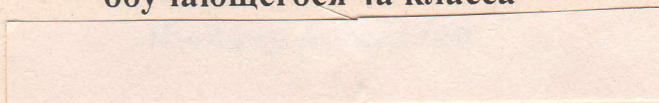
РАССМОТРЕНО  
на заседании ШПМПк  
протокол от  
«01» сентября 2022г. № 2  
председатель ШПк  
 Криволап Т.М.

УТВЕРЖДЕНО  
приказ МАОУ "Викуловская  
СОШ №2"  
от «01» сентября 2022г.  
№ 91/26 -ОД



**ПРОГРАММА  
КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА/ЗАНЯТИЙ**

по ритмике  
обучающегося 4а класса



составил(а)  
учитель-дефектолог  
должность  
Мальцева Анастасия Олеговна  
ФИО  
на 2022 - 2023 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по коррекционному курсу «Ритмика» для обучающихся начальных классов с ОВЗ разработана на основе программы Н.А. Цыпиной. «Программы для общеобразовательных учреждений. Коррекционно-развивающее обучение. Начальные классы I—IV. М.: «Школьная Пресса» 2004г.»

С давних пор музыка используется как лечебный фактор. Восприятие специально подобранной музыки не требует предварительной подготовки и доступно всем детям. Музыкально-ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще, активизируют мышление. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка.

Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность, способствует формированию целенаправленной деятельности. Музыкально-ритмические занятия имеют большое значение для детей с задержкой психического развития. Это связано с тем, что характерные для них особенности нервно-психического склада, эмоционально-волевая и личностная незрелость, своеобразие деятельности и поведения, особенности двигательной и психической сферы, хорошо поддаются коррекции специфическими средствами воздействия на ребенка, свойственными ритмике.

У большинства детей с ТНР наблюдаются следующие двигательные нарушения:

- нарушение координации движений;
- скованность при выполнении движений и упражнений;
- отсутствие плавности движений;
- недостаточная ритмичность, трудность формирования двигательного автоматизма, двигательные perseverации.

Проблемы двигательной сферы у детей с ТНР часто связаны не с нарушением опорно-двигательного аппарата, а с недоразвитием высших психических функций. У этих детей ослаблено формирование межанализаторных связей, снижено внимание, память, восприятие, мыслительное и речевое развитие. Недостатки формирования ВПФ тесно связаны с развитием общей, ручной и артикуляционной моторики ребенка.

На занятиях ритмики средствами музыки и специальных двигательных и психологических упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются такие важные для подготовки к школьному обучению личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения.

Данная **программа направлена** на коррекцию особенностей нервно-психического склада, своеобразия поведения и личностной реакции, а также эмоционально-волевой незрелости у детей с ТНР.

**Целью программы** является создание условий для личностного развития обучающихся с ТНР и коррекции отклонений в психическом и физическом развитии обучающихся с ТНР, посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

### **Задачи программы:**

овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения с звучащими инструментами (дудки, погремушки и т.д.))

развитие умения воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка» (динамика, темп и т. д.);

развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;

развитие умственной деятельности, творческого воображения, памяти, формирование произвольного внимания, пространственной ориентировки и координации, улучшение осанки;

развитие умения совместной коллективной деятельности;

воспитание самоорганизации и самодисциплины;

приобщение детей к музыке, совершенствование музыкально-эстетических чувств.

Учитывая, что занятия ритмикой являются частью образовательной и коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ЗПР, можно выделить четыре **основных направления работы** с детьми, реализуемые на занятиях ритмики:

оздоровительное;

образовательное;

воспитательное;

коррекционно-развивающее.

Занятия ритмикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, у детей формируются правильное дыхание, развиваются моторные функции, воспитывается правильная осанка, походка, грация движений, что способствует в целом оздоровлению всего детского организма.

Таким образом, на первый план выходит необходимость первоначальной коррекции двигательной сферы детей с ТНР на занятиях коррекционной ритмикой.

С помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка. Музыкально - ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка. Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность.

Занятия ритмикой тесно связаны с обучением на занятиях физкультурой и музыкой. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на занятиях физкультурой и музыкой. На занятиях ритмики происходит дальнейшее практическое освоение понятий, умений и навыков в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. Коррекционно-развивающие занятия ритмикой являются эффективной и адекватной формой проведения занятия при работе с детьми с ТНР, построенного на сочетании музыки, движения и слова. Ритмика является одной из своеобразных форм активной терапии (с элементами кинезотерапии) средствами специально подобранных методов и методик, направленных на преодоление недостатков психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально-волевой сферы детей с ТНР средствами музыкально-ритмической деятельности и психоразвивающих упражнений, построенных на сочетании движений, музыки и слова.

Включенные в занятие игры имеют особое значение. Это связано с тем, что игра является основной формой деятельности школьников. Они способствуют развитию произвольности движений и поведения, развитию мышления, личностных качеств детей. Соревновательный характер подвижной игры активизирует личностные, и познавательные качества ребёнка. Вызывает стремление осознать правила игры, даёт возможность почувствовать свое место в команде, свою роль в общей игре. Чтобы ребенку быть успешным в игре среди детей, ему необходимо вовремя включиться в деятельность, правильно выполнять движения и действия. Таким образом, предъявление на занятиях ритмикой заданий в игровой форме и проведение игр позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающего воздействия, а при работе с детьми с ТНР, иногда это и единственный способ решить на занятии все поставленные задачи. Следует также отметить, что игры создают благоприятные условия для развития творческого воображения.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

"Ритмика" - это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных физических и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движений, развиваются важные для школьной готовности такие личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения. Занятия построены на сочетании музыки, движения, речи.

Содержанием работы является музыкально - ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба в соответствии с заданными направлениями, движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию

внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить детей с ОВЗ согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально - двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

## **МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В индивидуальном учебном плане МАОУ «Викуловская СОШ №2» обучающемуся в 4 классе на изучение курса «Ритмика» отводится 1 час в неделю.

## ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ КУРСА «РИТМИКА»

Приоритетная цель физического образования в школе – физическое и духовно-нравственное развитие ребенка, т.е. формирование у него качеств, отвечающих представлениям о физическом и духовном здоровье, об истинной человечности, о доброте и культурной полноценности в восприятии мира. Внедрение программы «Ритмика» является важнейшим условием организации образовательной деятельности. Эффект от проведения такой учебной дисциплины велик, особенно в начальной школе, где, помимо музыкального и двигательного образования, ребенок получает мощный оздоровительный комплекс направленных средств физической культуры. Это и коррекция различных отклонений в опорно-двигательном аппарате — осанка и плоскостопие. Это и содействие развитию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой системы. Активная физическая нагрузка благоприятно содействует развитию двигательных способностей. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Культуросозидающая роль программы состоит также в воспитании гражданственности и патриотизма. Прежде всего, ребенок постигает культурные традиции своей Родины, а потом знакомится с искусством других народов. Одна из главных задач курса – развитие у ребенка интереса к внутреннему миру человека, способности углубления в себя, осознание своих внутренних переживаний. Это является залогом развития способности сопереживания. Особый характер танцевальной информации нельзя адекватно передать словами. Эмоционально-ценностный, чувственный опыт, выраженный в искусстве танца, можно постичь только через собственное переживание – проживание в форме танцевальных действий. Для этого необходимо освоение художественно-образного языка танца. Развитая способность к эмоциональному уподоблению – основа эстетической отзывчивости. В этом особая сила и своеобразие искусства: его содержание должно быть присвоено ребенком как собственный чувственный опыт. На этой основе происходит развитие чувств, освоение художественного опыта поколений и эмоционально-ценностных критериев жизни.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

### **Личностные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;

проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;

проявление дисциплинированности и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укреплении 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;

### **Метапредметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

обеспечение защиты и сохранения личного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;

планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом индивидуальных возможностей и требования сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;

управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

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

осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

### **Предметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

двигаться в соответствии с характером, темпом и динамикой музыки, отличать начало и конец звучания музыкального произведения;

ориентироваться в пространстве, легко и ритмично ходить и бегать по кругу, между предметами, воспроизводить несложный ритм и простые движения с предметами, выполнять игровые и плясовые движения, согласовывая движения рук с движениями ног и туловища;

выполнять дыхательные упражнения;

использовать на уроках ритмики умения, полученные на занятиях по музыке и физической культуре;

уметь себя самопрезентовать в выступлениях перед зрителями.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ "РИТМИКА"**

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность учащихся.

Занятия ритмикой способствуют формированию положительных качеств личности, создают благоприятные условия для развития творческого воображения детей. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляется также на занятиях физкультурой и музыкой.

### **Ритмико-гимнастические упражнения**

Ходьба, бег, подскоки, прыжки под музыку.

Передача в движении шагом различного характера музыки, ритмичного темпа, различной силы звучания.

Перестроения в соответствии с изменением звучания музыки (ходьба, бег) друг за другом, по одному, врассыпную, построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг...

Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения на носках, пятках, с прыжком; шаг (подскоки) на месте, вокруг себя, вправо, влево.

Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений (приседания, полуприседания, наклоны вперед, вправо, влево, назад, галоп...)

Игры, эстафеты, упражнения с предметами: мячом, обручем, скакалкой, гимнастической палкой. Прыжки и шаги под музыку через скакалку, палку. Бег между кеглями.

### **Ритмические упражнения с детскими звучащими предметами**

Знакомство с звучащими инструментами и их возможностями.

Исполнение простых ритмических рисунков на детских звучащих предметах.

Выделение сильных долей в музыкальных произведениях.

Исполнение музыкальных фраз.

### **Импровизация движений на музыкальные темпы, игры под музыку**

Свободное естественное движение под четко ритмическую музыку. Изменение направления и формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки.

Простейшие подражательные движения под музыку (мышки, лисы, кошки, медведя, полёт птички, деревья под ветром, цветка и т.д.), инсценировка детских песен.

### **Народные пляски и современные танцевальные движения**

Элементы танца, простые танцевальные шаги: с носка на пятку, на полупальцах, с высоким поднятием бедра, на пятках, топающие на всей ступне, приставной шаг, галопы, шаг «польки», в сторону, вперед.

Простые танцевальные движения (притопы, кружение через правое плечо с поднятыми руками, кружение парами, поклоны – на месте и с движениями)

Элементы русского танца. Простые русские движения: присядка, простая «Веревочка», «Припадание».

## УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема занятия	Количество часов	Дата
<b>Вводная часть (4 часа)</b>			
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев	1	06.09.2022
2	Общеразвивающие упражнения	1	13.09.2022
<b>Основная часть (27 часов)</b>			
3	Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения	1	20.09.2022
4	Музыкально-двигательный образ	1	27.09.2022
5	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	04.10.2022
6	Ритмико-гимнастические упражнения для мышц шеи, плеч, рук	1	11.10.2022
7-8	Танец с осенними листьями	2	18.10.2022 25.10.2022
8	Музыкальная игра «Фантазеры»	1	08.11.2022
9	Танец- импровизация	1	15.11.2022
10-11	Упражнения на расслабление мышц «Петрушка»	1	22.11.2022
12	Ритмико-гимнастические упражнения для туловища, ног	1	29.11.2022
13	Упражнения на координацию движения	1	06.12.2022
14	Танцевальные упражнения парами (хлопки)	1	13.12.2022
15	Музыкальная игра с лентами	1	20.12.2022
16-17	Разучивание танцевальных движений для новогодних песен и танцев	2	10.01.2023 17.01.2023
18	Упражнения на ориентирование в пространстве	1	24.01.2023
19	«Кадриль». Парные элементы	1	31.01.2023
20-21	Разучивание танца «Кадриль»	2	07.02.2023 14.02.2023
22-23	Танец «Полька»	2	28.02.2023 07.03.2023

24	Общеразвивающие упражнения с предметами	1	14.03.2023
25	Упражнения на расслабление мышц	1	28.03.2023
26	Разучивание русского народного танца «Хоровод»	1	04.04.2023
27	Инсценировка музыкальной сказки «Бременские музыканты»	1	11.04.2023
28	Закрепление танца «Бременские музыканты»	1	18.04.2023
29	Упражнения на ориентировку в пространстве. Логоритмика	1	25.04.2023
30	Постановка танца «Водители»	1	02.05.2023
31	Упражнения на расслабление мышц	1	16.05.2023
32	Музыкальная игра «Лягушки и аисты»	1	23.05.2023
<b>Завершающая часть</b>			
33	Итоговое занятие. Общеукрепляющие упражнения (рефлексия)	1	30.05.2023
<b>Итого: 33 часа</b>			

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Название программы	раздела	Основные формы работы с детьми	Основные методы работы	Оборудование
Ритмико-гимнастические упражнения		- урок; -учебно-практическое занятие; -фронтальная; -групповая; -парная (учитель ученик, ученик-ученик);	-организации учебно-практической, спортивной, игровой деятельности обучающихся; -стимулирования и мотивации деятельности и поведения обучающихся;	Малые мячи, обручи, флажки, гимнастические палки, скакалки по количеству детей в классе; гимнастическая скамья, кегли, музыкальный инструмент
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами		-игра;	-контроля самоконтроля деятельности и поведения обучающихся	Детские барабаны, колокольчики по количеству детей в классе; музыкальный инструмент
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку				Флажки, гимнастические палки, скакалки по количеству детей в классе; гимнастическая скамья; музыкальный инструмент
Народные пляски и современные танцевальные движения				Флажки, платочки; музыкальный инструмент



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бородина И.Г. Коррекционная ритмика. М., 1992.
2. Галанов А.С. Игры, которые лечат. М., 1998
3. Движения под музыку в детском саду / Под ред. Косицыной М.А.
4. Картушина М.Ю. Оздоровительные вечера досуга. М., 2005
5. Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1 – Музыка,2012
6. Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1 – Музыка,2012
7. Котышева Е.Н.«Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями» - Речь,2010
8. Марковская И.Ф. Задержка психического развития. М., 1993.
9. Музыка и движение в коррекционно-воспитательной работе в спец. детском саду для детей с нарушением интеллекта / Под. ред. Зарина А.П., Ложко Е.Л., СПб. 1994.
10. Программы для общеобразовательных учреждений: Коррекционно-развивающее обучение: Нач. классы / Сост. Л. А. Вохмянина. – М.: Дрофа, 2000.
11. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. -М., 1999.
12. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: основы диагностической и коррекционной работы психолога. М., 2001.