

Комитет по образованию города Барнаула  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №98»

**ПРИНЯТО**  
Педагогическим Советом  
МБОУ «СОШ №98»  
Протокол № 2  
от 28.01.2020

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор школы  
*Т.Г. Ряполова* / Ряполова Т.Г.  
Приказ № 22  
от 30.01.2020



Программа начального общего образования  
коррекционного курса «Ритмика» 1- 4 класс  
для обучающихся с ЗПР (вариант 7.2)  
срок реализации данной программы 1 год 2019/2020 учебный год  
Программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным  
стандартом начального общего образования для детей с задержкой психического развития  
(вариант 7.2)

Составитель: учитель- логопед: Сиворонова Юлия Борисовна

Барнаул 2020

## Коррекционный курс «Ритмика»

### Пояснительная записка

Рабочая программа является частью адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития вариант 7.2 МБОУ «СОШ № 98», которая составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования для детей с задержкой психического развития (ЗПР).

**Актуальность.** 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 ЗПР наблюдаются следующие двигательные нарушения:

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

Проблемы двигательной сферы у детей с ЗПР 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 высших психических функций (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 ЗПР.

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

#### **Задачи программы:**

- овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения с звучащими инструментами);
- 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;
- 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 ЗПР 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 ЗПР, построенного на сочетании музыки, движения и слова. Ритмика является одной из своеобразных форм активной терапии средствами специально подобранных методов и методик, направленных на преодоление недостатков психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально-волевой сферы детей с ЗПР 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 занятия ритмикой заданий в игровой форме и проведение игр позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающего воздействия, а при работе с детьми с ЗПР, иногда это и единственный способ решить на занятии все поставленные задачи. Следует также отметить, что игры создают благоприятные условия для развития творческого воображения.

### **Организация работы по программе.**

Программа по курсу «Ритмика» рассчитана на **4 года обучения** для детей с ЗПР из 1 – 4-ых: **33 часа** (одно занятие в неделю) в 1 классе и **35 часов** (одно занятие в неделю) во 2 – 4 классах.

### **Общие требования к организации занятий.**

В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Ученикам необходимо для урока ритмики иметь тапочки и гимнастическую форму.

Уроки должны проводиться в специальном или приспособленном просторном помещении, отвечающем по санитарно-гигиеническим характеристикам тем требованиям, которые предъявляются к помещениям для подобных занятий.

В помещении должны находиться музыкальный инструмент, гимнастические скамейки, шведская стенка, стулья для отдыха для детей и для сидячих упражнений, желательно ковер или индивидуальные коврики подстилки (многие задания выполняются сидя на полу). Оборудование для проведения уроков ритмики.

### **Планируемые результаты реализации программы коррекционного курса "Ритмика"**

#### **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;

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

#### 1 класс

№ п/п	Тема занятия	часы
1	Вводный	1
2	Разновидности ходьбы	1
3	Танцевальный шаг	1
4	Перестроения	1
5	Подбрасывание малого мяча	1
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1
7	Упражнение на координацию движений	3
8	Упражнения на внимание	2
9	Упражнение на расслабление мышц	1
10	Упражнение на координацию движений	1
11	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1
12	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
13	Импровизация движений	2
14	Упражнение в равновесии	1
15	Индивидуальное творчество	2
16	Упражнения с обручем	1
17	Упражнения для развития ритма	1
18	Упражнение на передачу в движении характера музыки	1
19	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	2
20	Танцевальные упражнения и движения	1
21	Соединение движения с музыкой	1
22	Русские народные игры	1
23	Упражнение на развитие танцевального творчества	2
24	Элементы русских народных плясок	2
25	Итоговое занятие	1
	<b>Всего</b>	<b>33</b>

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

#### 2 класс

№ п/п	Тема занятия	часы
1	Вводный	1
2	Разновидности ходьбы	1
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1
4	Перестроения	1
5	Подбрасывание малого мяча	1
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1
7	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1

8	Упражнение с обручем	1
9	Упражнения на внимание	3
10	Упражнение на расслабление мышц	1
11	Упражнение на координацию движений	1
12	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1
13	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
14	Импровизация движений	2
15	Упражнение в равновесии	2
16	Индивидуальное творчество	1
17	Упражнения с гимнастическими палками	1
18	Упражнения с обручем	1
19	Упражнения для развития ритма	2
20	Упражнение на передачу в движении характера музыки	1
21	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	2
22	Танцевальные упражнения и движения	1
23	Соединение движения с музыкой	1
24	Русские народные игры	1
25	Упражнение на развитие танцевального творчества	2
26	Элементы русских народных плясок	2
27	Итоговое занятие	1
	<b>Всего</b>	<b>35</b>

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

#### 3 класс

№ п/п	Тема занятия	часы
1	Вводный	1
2	Разновидности ходьбы	1
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1
4	Перестроения	1
5	Подбрасывание малого мяча в заданном ритме	1
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1
7	Упражнения с препятствиями и на координацию движений	1
8	Упражнения с обручем	1
9	Упражнения на внимание	3
10	Упражнение на расслабление мышц	1
11	Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	1
12	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1
13	Упражнение на передачу в движении характера музыки	1
14	Импровизация движений	2
15	Упражнение в равновесии	2
16	Индивидуальное творчество	2
17	Упражнения для развития ритма	1
18	Упражнения на передачу в движении характера музыки	1
19	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	1
20	Упражнения на внимание	3
21	Танцевальные упражнения	1
22	Танцевальные движения	1

23	Соединение движения с музыкой	1
24	Упражнения на развитие танцевального творчества	2
25	Элементы русских народных плясок	2
26	Итоговое занятие	1
	<b>Всего</b>	<b>35</b>

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

#### 4 класс

№ п/п	Тема занятия	часы
1	Вводный	1
2	Разновидности ходьбы	1
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1
4	Перестроения	1
5	Подбрасывание малого мяча в малом ритме	1
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1
7	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1
8	Упражнение с обручем	1
9	Упражнения на внимание	3
10	Упражнение на расслабление мышц	1
11	Упражнение на координацию движений	1
12	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1
13	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
14	1. Импровизация движений	2
15	Упражнение в равновесии	2
16	Индивидуальное творчество	3
17	Упражнения с обручем	1
18	Упражнения для развития ритма	1
19	Упражнение на передачу в движении характера музыки	1
20	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	2
21	Танцевальные упражнения и движения	1
22	Соединение движения с музыкой	1
23	Русские народные игры	1
24	Упражнение на развитие танцевального творчества	2
25	Элементы русских народных плясок	2
36	Итоговое занятие	1
	<b>Всего</b>	<b>35</b>

#### 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.