**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**Иркутского районного муниципального образования**

**№Бургазская начальная общеобразовательная школа»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **«Утверждаю»**  Директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_Витязева Е.В  «30» августа 2023 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по курсу внеурочной деятельности

спортивно-оздоровительное направление

**«Ритмика»**

для обучающихся 1 класса

д. Бургаз 2023 г.

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа к курсу «Ритмика» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для детей с ОВЗ, требований ФАОП НОО с ОВЗ, на основе адаптированной основной общеобразовательной программы МОУ ИРМО «Бургазская НОШ.

Данная адаптированная образовательная программа учебного предмета «Ритмика», учитывает особенности психофизического развития обучающихся с ОВЗ, содержит требования к организации учебных занятий. При разработке рабочей программы внеурочной деятельности **«Ритмика»** учитывались специфические особенности обучения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для обучающихся с ОВЗ.

В рабочую программу включены следующие разделы:

Титульный лист.

1.Пояснительная записка

- общая характеристика программы курса;

- актуальность;

- практическая значимость;

- новизна (для претендующих на авторство);

- описание  места рабочей программы в структуре адаптированной основной образовательной программы ОУ;

- цель и задачи рабочей программы;  конкретизация цели осуществляется через определение задач;

- описание ценностных ориентиров содержания программы курса;

- особенности возрастной группы детей, которым адресована  Рабочая программа;

- режим занятий: общее число часов в год; число часов и занятий в неделю; периодичность занятий, срок реализации;

- система отслеживания и оценивания результатов обучения учащихся.

2. Прогнозируемые результаты освоения Рабочей  программы по курсу (на класс, группу и  уровень обучения). Планируемыми результатами освоения программы внеурочной деятельности выступают личностные и метапредметные результаты.

3. Содержание курса *(на группу, класс).* краткое описание  содержания по темам. Содержание тем раскрывается в том порядке, в котором они представлены в учебно-тематическом плане.

4. Тематическое планирование (*на класс*). Тематическое планирование составляется в виде таблицы, которая отражает название и последовательность изложения учебных тем, количество учебных часов (всего, на теоретические занятия и на практические занятия), перечень универсальных действий, которые развивает прохождение данного раздела курса; дата проведения и т.д.

5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса по внеурочной деятельности. Средства  обучения; список литературы.

**Общая характеристика программы курса.**

Содержание программы «Ритмика» Н.А. Цыпиной направлено на обеспечение двигательных потребностей детей, на развитие их моторики, координации движений, ориентировки в пространстве, на улучшение эмоционального состояния. Характерные для детей с ОВЗ особенности нервно – психического развития, поведения и личностных реакций, эмоционально – волевая незрелость хорошо поддаются коррекции на уроках ритмики. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему разностороннему развитию школьников, преодолению отклонений в психическом и физическом развитии.

**Актуальность программы.**

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

На занятиях ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять и выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность.

Занятия ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

**Коррекционные задачи:**

1. *Совершенствование движений и сенсомоторного развития:*   
   - развитие мелкой моторики кисти и пальцев рук;   
   - развитие артикуляционной моторики.   
   *2. Коррекция отдельных сторон психической деятельности:*   
   - развитие зрительного восприятия и узнавания;   
   - развитие зрительной памяти и внимания;   
   - формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);   
   - развитие пространственных представлений ориентации;   
   - развитие представлений о времени;   
   - развитие слухового внимания и памяти;   
   - развитие фонетико-фонематических представлений, формирование звукового анализа.   
   *3. Развитие основных мыслительных операций:*   
   - навыков соотносительного анализа;   
   - навыков группировки и классификации (на базе овладения основными родовыми понятиями);   
   - умения работать по словесной и письменной инструкции, алгоритму;   
   - умения планировать деятельность;   
   - развитие комбинаторных способностей.   
   *4. Развитие различных видов мышления:*   
   - развитие наглядно-образного мышления;   
   - развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).   
   5. Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (релаксационные

упражнения для мимики лица, драматизация, чтение по ролям и т.д.).   
6.  Развитие речи, овладение техникой речи.   
7. Расширение представлений об окружающем мире и обогащение словаря.   
8.  Коррекция индивидуальных пробелов в знаниях.

**Ценностные ориентиры содержания курса «Ритмика».**

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности. Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

**Особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ.**

Все обучающиеся с ОВЗ испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные разными недостатками:

- формирование высших психических функций (отмечаются нарушения внимания, памяти, восприятия и др. познавательных процессов);

- замедленный темп, либо неравномерное становление познавательной деятельности;

- трудности произвольной саморегуляции;

- нарушения речевой и мелкой ручной моторики;

- нарушения или недостаточно сформированные зрительное восприятие и пространственная ориентировка;

- снижение умственной работоспособности и целенаправленности деятельности, в той или иной степени затрудняющие усвоение школьных норм и школьную адаптацию в целом;

- формирования самоконтроля;

- обучаемость удовлетворительная, но часто избирательная и неустойчивая, зависящая от уровня сложности и субъективной привлекательности вида деятельности, а также от актуального эмоционального состояния ребенка.

Особые образовательные потребности различаются у обучающихся с ОВЗ разных категорий, поскольку задаются спецификой нарушения психического развития, определяют особую логику построения учебного процесса и находят своё отражение в структуре и содержании образования. Наряду с этим выделены образовательные потребности как общие для всех обучающихся с ограниченными возможностями, так и специфические.

К общим потребностям относятся:

- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого как через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы;

- раннее получение специальной помощи средствами образования;

- психологическое сопровождение, оптимизирующее взаимодействие ребенка с педагогами и соучениками;

- психологическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и образовательной организации;

- постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы образовательной организации.

Специфические образовательные потребности:

- увеличение сроков освоения адаптированной образовательной программы;

- наглядно-действенный характер содержания образования;

- упрощение системы учебно-познавательных задач, решаемых в процессе образования;

- специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;

- необходимость постоянной актуализации знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения;

- обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды с учётом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся;

- использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения;

- стимуляция познавательной активности, формирование потребности в познании окружающего мира и во взаимодействии с ним;

- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование произвольной саморегуляции в условиях познавательной деятельности и поведения;

- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование способности к самостоятельной организации собственной деятельности и осознанию возникающих трудностей, формированию умения запрашивать и использовать помощь взрослого;

- специальная психокоррекционная помощь, направленная на развитие разных форм коммуникации;

- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование навыков социально одобряемого поведения в условиях максимально расширенных социальных контактов.

**Место предмета в учебном плане.**

Данная программа по ритмике предназначена для 1-4 классов (специальных), рассчитана на 5 лет обучения: 33 часа за учебный год - в 1(дополнительном) классе и в 1 классе; 34 часа за учебный год - во 2, 3, 4.

**Целью** курса «Ритмика» является развитие музыкальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Основными **задачами** предмета являются:

- приобщение к музыке;

- развитие музыкально-ритмических способностей;

- развитие физических данных, координации, ориентировки в пространстве;

- активизация творческих способностей;

- психологическое раскрепощение;

- формирование умений соотносить движение с музыкой;

- приобретение общетеоретической грамотности, предполагающей знания основ

хореографического и музыкального искусства;

- обучение творческому использованию полученных умений и практических навыков;

- развитие художественного вкуса, фантазии;

- воспитание внимания, аккуратности, трудолюбия.

**Технологии:**

- групповые;

- коллективно-творческое дело;

- здоровье сберегающие.

**2. Планируемые результаты.**

**Личностные, метапредметные и предметные результаты**

**освоения учебного материала обучающимися с ОВЗ.**

**1 классы**

**Личностные результаты**

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

**Метапредметные результаты**

**1.Регулятивные**

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

- накопление представлений о ритме, синхронном движении;

- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной

деятельности.

**2.Познавательные**

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации

с помощью учителя;

- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

**3.Коммуникативные**

- умение координировать свои усилия с усилиями других;

- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

**Предметные результаты**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;

- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо,

не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в

шеренге, в колонне;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая

друг другу;

- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его

линии;

- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

- выполнять игровые и плясовые движения.

**4. Тематическое планирование**

**Календарно - тематическое планирование 1 класс ( 33ч)**

**Приложение № 1**

к программе внеурочной деятельности

**«Ритмика»** для 1, 1(д) - 4 классов обучения

**(спортивно – оздоровительное направление)**

на 2023 – 2024 учебный год

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Кол-во часов по факту** | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
|  | Вводное занятие.  Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений. | 1 |  |  |  |
|  | Что такое «Ритмика»? Основные понятия. Слушание музыки. | 1 |  |  |  |
|  | Ориентировка в пространстве.  Основные движения под музыку. Разные виды шага: бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий. | 1 |  |  |  |
|  | Ориентировка в пространстве.  Основные движения под музыку. Разные виды шага: бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий. | 1 |  |  |  |
|  | Осваивать комплекс «разогревающей» гимнастики. | 1 |  |  |  |
|  | Игры под музыку. | 1 |  |  |  |
|  | Общеразвивающие упражнения | 1 |  |  |  |
|  | Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный). | 1 |  |  |  |
| **9.** | Движения на развитие координации. Бег и подскоки. | 1 |  |  |  |
| **10.** | Разминка. Музыкально — танцевальные игры. | 1 |  |  |  |
| **11.** | Ритм, ритмический рисунок.  Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4. | 1 |  |  |  |
| **12.** | Ритм, ритмический рисунок.  Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4. | 1 |  |  |  |
| **13.** | Игры под музыку.  Танцевальные импровизации .Постановка танцевальной композиции. | 1 |  |  |  |
| **14.** | Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции. | 1 |  |  |  |
| **15.** | Виды хлопков.  Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180 градусов и обратно. | 1 |  |  |  |
| **16.** | Ритмико-гимнастические упражнения. Игровые этюды. | 1 |  |  |  |
| **17.** | Образные движения.  Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног. | 1 |  |  |  |
| **18.** | Общеразвивающие упражнения без предметов. | 1 |  |  |  |
| **19.** | Общеразвивающие упражнения без предметов. | 1 |  |  |  |
| **20.** | Общеразвивающие упражнения без предметов. | 1 |  |  |  |
| **21.** | Упражнения для улучшения гибкости. | 1 |  |  |  |
| **22.** | Упражнения для улучшения гибкости. | 1 |  |  |  |
| **23.** | Общеразвивающие упражнения с предметами. | 1 |  |  |  |
| **24.** | Общеразвивающие упражнения с предметами. | 1 |  |  |  |
| **25.** | Подвижные игры. Образные танцы (игровые). | 1 |  |  |  |
| **26.** | Подвижные игры. Образные танцы (игровые). | 1 |  |  |  |
| **27.** | Ритмико-гимнастические упражнения. | 1 |  |  |  |
| **28.** | Упражнения на развитие осанки. | 1 |  |  |  |
| **29.** | Упражнения на развитие осанки. | 1 |  |  |  |
| **30.** | Общеразвивающие упражнения. | 1 |  |  |  |
| **31.** | Репетиция танца. | 1 |  |  |  |
| **32-33** | Урок-смотр знаний. | 2 |  |  |  |

**5. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.**

1. Гриценко Л.И. - Педагогика и психология: теория и технологии /. – М.: Планета, 2012.
2. И.Ф. Яценко «Праздники России» /. – М.: Вако, 2010.
3. М.А. Давыдова, И.А. Агапова «Праздник в школе» /. – М.: Айрис Пресс, 2007.

**Технические средства обучения.**

* ноутбук;
* колонки;
* коврики для выполнения упражнений;
* мячи, гимнастические палки, скалки, тренажёры.

**ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ**

1. Детские электронные книги и презентации - [*http://viki.rdf.ru/*](http://viki.rdf.ru/)
2. Единая коллекция - [*http://collection.cross-edu.ru/*](http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/f544b3b7-f1f4-5b76-f453-552f31d9b164/)
3. Российский общеобразовательный портал - [*http://music.edu.ru/*](http://music.edu.ru/)
4. Классическая музыка (Электронный ресурс). – Режим доступа: http//classic. Chubrik.Ru
5. <http://school-collection.edu.ru/>
6. <http://www.edu.ru>
7. <http://www.1september.ru>
8. http://www. zavuch.info
9. <http://www.minobr.ru>
10. [www.pedsovet.org](http://www.pedsovet.org)
11. <http://www.nauka21.ru>
12. <http://www.wikipedia.org/>
13. [www.dance-city.narod.ru](http://www.dance-city.narod.ru)
14. [www.danceon.ru](http://www.danceon.ru)