

**Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа-интернат для обучающихся с нарушениями зрения №8 г. Иркутска»**

Рассмотрено на заседании  
методического совета школы  
\_\_\_\_\_ Т.М. Матвеева  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024г.  
Протокол № \_\_\_\_\_

Согласовано:  
зам. Директора по УР  
\_\_\_\_\_ А.А.Осокина  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024г.

Утверждаю:  
Директор ГОКУ «Школа-интернат №8»  
\_\_\_\_\_ И. Г. Макаренко  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024г.  
Приказ № \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 2024г.

**ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

ритмика  
указать предмет, курс, модуль

Учитель Макеева Анжела Петровна, высшая квалификационная категория  
ФИО педагога, квалификационная категория

Год составления 2023 – 2024 учебный год

Уровень образования (класс) начальное общее образование, 4 «а» дополнительный класс  
(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием классов)

Общее количество часов по плану 17

Уровень базовый  
(базовый, профильный)

Количество часов в неделю 0,5

Срок реализации 1 год

«\_\_» августа \_\_\_\_\_ 2024 г.

\_\_\_\_\_  
(подпись учителя)

Рассмотрено на заседании методического объединения учителей начальных классов

«\_\_» августа \_\_\_\_\_ 2024 г. Протокол № 1

Руководитель методического объединения Ю.Н. Гамова  
(Фамилия, имя, отчество)

\_\_\_\_\_  
(подпись)



## 1. Пояснительная записка

Программа коррекционного курса «Ритмика» для 4 «а» дополнительного класса составлена на основе:

- 1) Адаптированной образовательной программы начального общего образования для слепых обучающихся (вариант 3.2) ГОКУ «Школа – интернат №8 г. Иркутска» (утв. приказом № 262 от 30. 08. 2023 г.)
- 2) Адаптированной образовательной программы начального общего образования для слабовидящих обучающихся (вариант 4.2) ГОКУ «Школа – интернат №8 г. Иркутска» (утв. приказом № 262 от 30. 08. 2023 г.)
- 3) Учебного плана ГОКУ «Школа – интернат №8» на 2023 - 2024 учебный год;
- 4) Положение о рабочей программе ГОКУ «Школа – интернат № 8 г. Иркутска»

**Целью программы** коррекционного курса по ритмике является формирование у детей с нарушением зрения навыков и осознания значимости ритмичных движений для жизнедеятельности человека и своего дальнейшего развития. Развитие чувства ритма, музыкально-ритмической памяти, двигательной активности, координации движения, двигательных умений и навыков как необходимое условия для уверенного владения своим телом. Формирование понимания связи движений с музыкой.

### **Задачи:**

Обучающая:

- формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма слепого и слабовидящего обучающегося;

Развивающая:

- способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала

Воспитательная:

- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса

- профилактика возникновения вторичных отклонений в развитии, коррекция физического развития;

## 2. Общая характеристика коррекционного курса

1. Занятия ритмикой в жизни человека. Тело человека и его двигательные возможности. Ритмические упражнения в жизнедеятельности, в том числе в учебной деятельности. Музыка и движение. Красота движения и музыкально-ритмическая деятельность. Упражнения в музыкально-ритмической деятельности. Танцевальные движения и танцы. Движение и речь. Ритмика и зрение.

2. Специальные ритмические упражнения. Движения. Ритмичная ходьба с акцентами на определенный счет, с хлопками, упражнениями с движениями рук и туловища, проговариванием стихов, пословиц без музыкального сопровождения. Ритмичные движения на счет (четный, нечетный) с паузой. Ритмичные хлопки в ладоши. Ходьба и бег в различном темпе. Ритмичное изменение положения рук. Ритмичные координированные движения рук и глаз.

3. Упражнения на связь движений с музыкой.

Движение. Характер движения. Движения под пение. Движение под музыку. Движение в соответствии с частью музыкального произведения. Ходьба, бег с движениями рук на акцент в музыке. Ходьба, бег с выполнением выпадов, поворотов, остановок на акцент в музыке. Ходьба, бег в соответствии с характером и ритмом музыки. Передача движением звучания музыки. Смена направления движения с началом музыкальной фразы. Формирование пластичности движений, умений управлять темпом движений. Преодоление трудностей развития движений. Развитие выразительности движений и самовыражения.

4. Упражнения ритмической гимнастики.

Упражнения ритмической гимнастики. Формирование ритмичности движений. Содержание и амплитуда движения. Общеразвивающие и специальные упражнения.

Упражнения с предметами и без предметов. Упражнения на зрительно-моторную координацию. Упражнения на зрительную пространственную ориентировку.

5.Подготовительные упражнения к танцам.

Упражнения для ступней ног. Вставание на полупальцы. Выставление ноги на носок. Полуприседание. Выставление ноги на пятку, носок. Преодоление трудностей развития двигательных действий. Развитие координации двигательных действий.

6.Элементы танцев.

Точность движения. Выставление ноги на пятку и носок. Шаг с притопом на месте. Выставление ноги на пятку с полуприседом. Хороводный шаг. Тройной шаг. Шаг польки. Музыкально-двигательный образ. Преодоление трудностей развития движений, развитие связи движений с музыкой.

7.Танцы.

Красота движения. Танец. Хоровод. Хлопки. Красивые, изящные движения. Виды танцев. Веселые, грустные мелодии. Народные мелодии. Развитие двигательной активности, координации движений, умения управлять темпом движения.

8. Музыкально-ритмические игры и занятия.

Подвижные игры. Музыкально-ритмические игры, игры по ориентировке в пространстве. Коммуникативные танцы - игры. Корректирующие игры. Речевые игры. Ритм, декламация.

### **Формы и методы работы.**

Упражнения ритмической гимнастики

Движение и музыка. Музыкально-ритмические игры

Творческая деятельность. Элементы танцев

Наглядный метод обучения и метод практических действий.

Ориентировочно- исследовательская деятельность.

**Каждое коррекционное занятие имеет свою структуру и состоит из трех этапов:**

1. Подготовительный - (2-4 мин.).

2. Основной – музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать

3. Заключительный – физминутка со снятием напряжения.

- Слепой и слабовидящий ребенок самостоятельно выбирает вид упражнения, предлагаемого учителем.
- Учитель и слепой и слабовидящий учащиеся находятся в состоянии сотрудничества: совместно ставят задачи данного занятия, дают оценку выполненной работе.
- Темп и скорость работы выбирают сами дети со зрительной депривацией.
- В ходе занятий не следует торопить детей со зрительной патологией.
- Занятия строятся по принципу: от простого к сложному.
- В ходе занятий необходимо поощрять каждый правильный шаг, что дает ребенку свободу действия, стимулируя дальнейшую работу.
- Любое задание должно быть направлено на отработку одной задачи; только после того как слепой и слабовидящий учащийся выполнит данное задание правильно, можно переходить к отработке следующего.
- Перед выполнением задания четко формулировать задачу, чтобы слепой и слабовидящий ребенок мог представить, что и как ему выполнять.
- При выполнении заданий важна не быстрота, а правильность выполнения каждого задания.
- Для работы на начальном этапе использовать тетради с крупной клеткой, высотой строки 8 мм. или нелинованные листы.
- Работу проводить регулярно.
- Занятия должны приносить слепому и слабовидящему ребенку радость.
- Не допускать скуки и переутомления.

### **3. Описание места коррекционного курса**

Данная программа распланирована на 17 занятия (из расчета 0,5 часа в неделю) в соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком. Занятия длятся 40 минут. Количество занятий – 17.

### **4. Планируемые результаты освоения коррекционного курса.**

#### **1. Предметные результаты:**

Слабовидящие обучающиеся осознают значимость ритмичных движений для жизнедеятельности человека и своего дальнейшего развития. У них будет развиваться чувство ритма, музыкально-ритмическая память, двигательная активность, координация движений, двигательные умения и навыки как необходимое условия для уверенного владения своим телом. У них будет формироваться понимание связи движений с музыкой.

Слабовидящие обучающиеся научатся дифференцировать движения по степени мышечных усилий; овладеют специальными ритмичными упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов); упражнениями на связь движений с музыкой, направленными на коррекцию двигательных нарушений, развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития.

Обучающиеся овладеют умением выполнять подготовительные упражнения к танцам, элементы танцев, танцы. У них будут развиваться выразительность и пластичность движений, мобильность; ориентировочная, регулирующая и контролирующая роль зрения при выполнении различных видов ритмических упражнений.

#### **2. Метапредметные результаты:**

установление связи между целью занятий ритмической деятельностью, мотивом и результатом выполнения ритмического упражнения;

двигательная самореализация слабовидящего обучающегося;

восприятие "образа Я" как субъекта музыкально-двигательной, танцевальной деятельности;

приобщение к достижениям национальной, российской и мировой танцевальной культуры, традициям, многообразию танцевального фольклора России, образцам народного танца;

планирование и умение придерживаться заданной последовательности движений, действий;

эстетические и смысловые ориентации, направленные на развитие потребности в двигательном и творческом самовыражении;

развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, координации движений;

саморегуляция как способность к выполнению движений, двигательных действий;

аналитико-синтетические умения и навыки в дифференциации и оценке содержания и характера двигательных действий, органов движения и их функций;

установка на здоровьесберегающее поведение, ориентация на выполнение правил здорового и безопасного образа жизни;

развитие мотивации к преодолению трудностей;

умение принимать и сохранять учебную задачу;

потребность в двигательной активности и самореализации;

активное использование всех анализаторов для формирования компенсаторных способов действия, овладения специальными ритмическими упражнениями;

развитие пространственного мышления, совершенствование навыков пространственной ориентировки как основы самостоятельного и результативного выполнения ритмических движений;

умение различать способ и результат деятельности при выполнении танцевальных

движений;

умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми на занятиях ритмической гимнастикой;

алгоритмизация практических действий при выполнении танцевальных движений;

умение взаимодействовать с социальным окружением при овладении элементами танцев, танцами;

развитие умения выявлять выраженные в музыке настроения и чувства и передавать свои чувства и эмоции с помощью ритмических движений и элементов танцев, двигательного самовыражения;

умение адекватно воспринимать, понимать и использовать вербальные и невербальные средства общения на занятиях ритмикой;

умение взаимодействовать со взрослыми и сверстниками в системе координат: "слабовидящий - нормально видящий", "слабовидящий - слабовидящий" в процессе овладения ритмическими упражнениями.

#### **4. Основное содержание программы**

##### **1. Ритмика (теоретические сведения).**

Занятия ритмикой в жизни человека. Тело человека и его двигательные возможности. Ритмические упражнения в жизнедеятельности, в том числе в учебной деятельности. Музыка и движение. Красота движения и музыкально-ритмическая деятельность. Упражнения в музыкально-ритмической деятельности. Танцевальные движения и танцы. Движение и речь. Ритмика и зрение.

##### **2. Специальные ритмические упражнения.**

Движения. Ритмичная ходьба с акцентами на определенный счет, с хлопками, упражнениями с движениями рук и туловища, проговариванием стихов, пословиц без музыкального сопровождения. Ритмичные движения на счет (четный, нечетный) с паузой. Ритмичные хлопки в ладоши. Ходьба и бег в различном темпе. Ритмичное изменение положения рук. Ритмичные координированные движения рук и глаз.

##### **3. Упражнения на связь движений с музыкой.**

Движение. Характер движения. Движения под пение. Движение под музыку. Движение в соответствии с частью музыкального произведения. Ходьба, бег с движениями рук на акцент в музыке. Ходьба, бег с выполнением выпадов, поворотов, остановок на акцент в музыке. Ходьба, бег в соответствии с характером и ритмом музыки. Передача движением звучания музыки. Смена направления движения с началом музыкальной фразы. Формирование пластичности движений, умений управлять темпом движений. Преодоление трудностей развития движений. Развитие выразительности движений и самовыражения.

##### **4. Упражнения ритмической гимнастики.**

Упражнения ритмической гимнастики. Формирование ритмичности движений. Содержание и амплитуда движения. Общеразвивающие и специальные упражнения. Упражнения с предметами и без предметов. Упражнения на зрительно-моторную координацию. Упражнения на зрительную пространственную ориентировку.

##### **5. Подготовительные упражнения к танцам.**

Упражнения для ступней ног. Вставание на полупальцы. Выставление ноги на носок. Полуприседание. Выставление ноги на пятку, носок. Преодоление трудностей развития двигательных действий. Развитие координации двигательных действий.

##### **6. Элементы танцев.**

Точность движения. Выставление ноги на пятку и носок. Шаг с притопом на месте. Выставление ноги на пятку с полуприседом. Хороводный шаг. Тройной шаг. Шаг польки. Музыкально-двигательный образ. Преодоление трудностей развития движений, развитие связи движений с музыкой.

##### **7. Танцы.**

Красота движения. Танец. Хоровод. Хлопки. Красивые, изящные движения. Виды танцев. Веселые, грустные мелодии. Народные мелодии. Развитие двигательной активности, координации движений, умения управлять темпом движения.

#### 8. Музыкально-ритмические игры и занятия.

Подвижные игры. Музыкально-ритмические игры, игры по ориентировке в пространстве. Коммуникативные танцы - игры. Корректирующие игры. Речевые игры. Ритм, декламация.

### 5. Содержание коррекционного курса

Слабовидящие обучающиеся осознают значимость ритмичных движений для жизнедеятельности человека и своего дальнейшего развития. У них будет развиваться чувство ритма, музыкально-ритмическая память, двигательная активность, координация движений, двигательные умения и навыки как необходимые условия для уверенного владения своим телом. У них будет формироваться понимание связи движений с музыкой.

Слабовидящие обучающиеся научатся дифференцировать движения по степени мышечных усилий; овладеют специальными ритмичными упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов); упражнениями на связь движений с музыкой, направленными на коррекцию двигательных нарушений, развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития.

Обучающиеся овладеют умением выполнять подготовительные упражнения к танцам, элементы танцев, танцы. У них будут развиваться выразительность и пластичность движений, мобильность; ориентировочная, регулирующая и контролирующая роль зрения при выполнении различных видов ритмических упражнений.

#### Программа по ритмике состоит из четырех разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Игры под музыку
4. Танцевальные упражнения

#### 6. Слабовидящий обучающийся научится:

##### 1. Ритмика (теоретические сведения):

- осознавать значение ритмической деятельности, ее роль в жизни человека и для собственного развития;
- дифференцировать и называть виды ритмической деятельности;
- дифференцировать и называть формы музыкально-ритмической деятельности;
- понимать связь движения с заданным ритмом, характером музыки, связь техники речи с характером движения;
- понимать роль занятий ритмической деятельностью для развития музыкального слуха, ориентировочных умений;
- соблюдать ограничения по зрению при выполнении музыкально-ритмических упражнений, движений.

##### 2. Специальные ритмические упражнения:

- реагировать на сигнальные слова "движение", "темп", "ритм";
- выполнять движения в соответствии с освоенным видом ритмического упражнения;
- согласовывать темп движения с проговариванием;
- прослеживать движения рук взглядом.

##### 3. Упражнения на связь движений с музыкой:

- согласовывать характер, темп, направление движения в соответствии с видом упражнений;
- понимать характер, ритм музыки, песни и двигаться под музыку;
- новым видам ходьбы, бега и другим видами движений как средствам выражения

простейших музыкально-двигательных образов.

#### 4. Упражнения ритмической гимнастики:

- выполнять амплитуду движения в соответствии с видом упражнения;
- выполнять ритмические гимнастические движения без предмета, с предметом на счет, с хлопками, с проговариванием стихов, пословиц, речевой;
- правильно захватывать предмет для выполнения определенного упражнения ритмической гимнастики;
- дифференцировать движения кисти, пальцев руки для захвата и удерживания предмета при выполнении упражнений под музыку;
- зрительному прослеживанию за предметом;
- стремиться к выразительности и красоте движений;
- использовать свои двигательные и зрительные возможности при выполнении упражнений ритмической гимнастики.

#### 5. Подготовительные упражнения к танцам:

- сознательно относиться к выполнению движений;
- выполнять упражнения для ступней ног (вставание на полупальцы, выставление ноги на пятку и носок);
- принимать положение полуприседания;
- необходимым танцевальным движениям;
- принимать и удерживать правильную осанку;
- выполнять согласованные движения с партнерами.

#### 6. Элементы танцев:

- выполнять различные виды ходьбы, бега под музыку;
- дифференцировать виды танцевальных движений, обозначать их точным словом; выполнять элементы танцевальных движений.

#### 7. Танцы:

- принимать базовые исходные позиции и выполнять движения изучаемого танца;
- выполнять танцевальные движения в общем ритме и темпе совместно с партнером;
- ориентироваться в пространстве зала и свободно передвигаться в нем с изменением темпа музыки и направления движения ("Гопак", "Полька", "Хоровод");
- выполнять самостоятельно движения под музыку;
- технике и культуре движений танца;
- слушать танцевальную музыку, двигаться под музыку;
- выполнять коллективные танцевальные движения.

#### 8. Музыкально-ритмические и речевые игры:

- выполнять имитационные и образно-игровые движения под музыку;
- принимать участие в музыкально-ритмических играх;
- регулировать силу, высоту голоса, внятность произношения в речевых играх;
- выполнять мимические и пантомимические движения;
- самовыражению в музыкально-ритмических играх.





### 7. «Ритмика». 4 дополнительный класс.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Содержание	Формы организации работы на уроке	Дата проведения	
					план.	факт.
1	Вводный. Беседа о правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды на занятии. (А. Петров - песенка о дружбе. Маршируем - П. Чайковского соч. 40 №2 Грустная песенка	1	Инструктаж по ТБ. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга; сохранение правильной дистанции во всех видах построений; бодрый, спокойный, топающий шаг.	Беседа, практическое занятие.	12.09	
2	Разновидности ходьбы	1	Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения. Отражение разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. Подвижная игра. Упражнение для развития быстроты реакции движения	Беседа, практическое занятие.	26.09	
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1	Разновидности прыжков под счет. Танцевальный шаг на полупальцах. Отражение хлопками ритмического рисунка мелодии. Подвижная игра. Упражнения для развития координационных способностей	Беседа, практическое занятие.	10.10	
4	Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. Изменения	1	1. Ритмичная ходьба с акцентами на определенный счет, с хлопками, упражнениями с движениями рук и туловища, проговариванием стихов, пословиц без музыкального сопровождения. 2. Ритмичные движения на счет (четный, нечетный) с паузой. 3. Ритмичные хлопки в ладоши 4. Ходьба и бег в различном темпе.	Беседа, практическое занятие.	24.10	

	положения рук с различным интервалом		5. Ритмичное изменение положения рук. Ритмичные координированные движения рук и глаз. Создание положительного эмоционального климата между детьми.			
5	Изменения темпа при ходьбе, беге, общеразвивающих упражнениях	1	1. Движение. Характер движения. Движения под пение. 2. Игры под музыку. Движение в соответствии с частью музыкального произведения. 3. Ходьба, бег с движениями рук на акцент в музыке 4. Ходьба, бег с выполнением выпадов, поворотов, остановок на акцент в музыке 5. Ходьба, бег в соответствии с характером и ритмом музыки. Выполнение движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Выполнять упражнения с ускорением. С замедлением. Поднимать голову, корпус с позиции на корточках.	Беседа, практическое занятие.	07.11	
6	Передача движениями, хлопками ритмического рисунка музыкального произведения	1	1. Формирование ритмичности движений. 2. Содержание и амплитуда движения. 3. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг, хоровод, хороводные перестроения)	Беседа, практическое занятие.	21.11	
7.	Выполнение упражнений без предметов, с предметами.	1	1. Формирование ритмичности движений. 2. Содержание и амплитуда движения. 3. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг, хоровод, хороводные перестроения)	Беседа, практическое занятие.	05.12	
8	Виды растяжек. Упражнения «на кочках»	1	Развить пластичность и мягкость движений под музыку. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов.	Беседа, практическое занятие.	19.12	
9	Ходьба по кругу (по одному, в парах) – движения в кругу	1	Выстраивается в круг взявшись за руки. Выполняет движения вперед (в круг), назад (из круга).	Беседа, практическое занятие.	16.01	

10	«Переменные шаги», «Веребочка»	1	1. Точность движения. Выставление ноги на пятку и носок 2. Шаг с притопом на месте. Выставление ноги на пятку с полуприседанием. 3. Хороводный шаг. 4. Постановка танцевальной композиции	Беседа, практическое занятие.	30.01	
11	«Елочка», «Гармошка»	1	1. Разминка. Музыкально-танцевальные игры 2. Преодоление трудностей развития движений. 3. Ориентировка в пространстве 4.Тройной шаг. Шаг польки	Беседа, практическое занятие.	13.02	
12	Танцевальная импровизация	1	5. Музыкально-двигательный образ. 6. Репетиция танца	Беседа, практическое занятие.	27.02	
13-15	Тематические танцы	3	Осуществляют ритмическую ходьбу на счет 1, 3 (на счет 3 с двумя хлопками); Закрепляют основные позиции рук и ног в процессе работы. Повторяют ранее изученные элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне. Выполняют притопы одной ногой на месте и поочередно, выставляя ногу с носка на пятку.	Беседа, практическое занятие.	12.03 09.04 23.04	
16-17	Музыкально-ритмические и речевые игры	2	Выполняют плясовые движения естественно и непринужденно. Совершенствуют выполнение шага галопа в сторону	Беседа, практическое занятие.	07.05 21.05	