

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики


Администрация муниципального образования «Муниципальный округ Якшур-Бодьинский район Удмуртской Республики»

МБОУ Чуровская СОШ

РАССМОТРЕНО
на заседании МС школы
Протокол № 1
«30» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

 Коробейникова И.Н.

«30» августа 2024 г.



Чистюхина Г.Н.
Приказ № 290 от 30.08.2024 года

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

«Ритмика»

для обучающихся 1-4 классов с задержкой психического развития

2024 – 2025 учебный год

Чур, 2024

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная Постановлением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р).
- Распоряжением Правительства УР от 01.08.2022 г. № 842-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в УР до 2030 года».
- Положением о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Приказ № 44 от « 09.02.2023 г.)
- Положением об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам и иных нормативных правовых документов (Приказ № 44 от « 09.02.2023 г.)
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1598)
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15)
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) МБОУ Чуровской средней общеобразовательной школы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» отнесена к программам физкультурно-спортивной направленности и относится к базовому уровню.

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.

Педагогическая целесообразность. 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.

Отличительные особенности и новизна программы.

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 perseverации.

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 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.

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.

Вариативностью содержания является то, что программа предусматривает, в зависимости от индивидуальных особенностей детей, включение в план разнообразного набора средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач. Данная **программа направлена** на коррекцию особенностей нервно-психического склада, своеобразия поведения и личностной реакции, а также эмоционально-волевой незрелости у детей с ЗПР.

Адресат программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» предназначена для работы с детьми с ЗПР 6-10 лет. Группа для посещения формируется по письменному заявлению родителя (законного представителя).

Объем и срок реализации программы. Программа рассчитана на 1 год обучения – 36 часов.

Преимственность программы с предметными программами общеобразовательной школы или с программами других образовательных организаций.

возраст	Предмет	Тема в школьной программе	Дополнительное образование
6-8 лет	Математика	Счет. Четные не четные числа. Деление.	Умение рассчитывать по порядку и на «первый, второй» Перестроение в 2, 3,4 колонны. Умение считать количество выполненных заданий.
8-9 лет	Математика	Геометрические фигуры. Четырехугольники. Треугольники. Круг. Прямая.	Умение в группах становиться в круг, в квадрат, в одну шеренгу.
9-10 лет	Математика	Единицы времени. (минута, секунда)	При выполнении заданий по времени умение анализировать лучший результат.

6-10 лет	Математика	Счет. Четные не четные числа. Деление на 2.	Умение рассчитывать по порядку и на «первый, второй» Перестроение в 2 колонны.
8-10 лет	Познай себя.	ЗОЖ, строение человека. Правила личной гигиены. Режим дня.	При выполнении ОРУ определяют части тела (шея, рука, туловище, нога, стопа и т.д.) Знакомятся с правилами личной гигиены, ЗОЖ, режимом дня.

Формы и режим занятий:

Форма обучения: обучение по программе «Ритмика» базового уровня проводится в очной форме. Программа предусматривает проведение занятий – групповые, фронтальные, коллективные.

Формы занятий: игры, танцевальные упражнения, ритмические упражнения с звучащими инструментами, беседы, мастер-классы и другие.

Режим занятий – 1 час в неделю.

Технологии обучения и их обоснование.

- Здоровьесберегающая технология способствует снижению вероятности травм на занятиях; способствует снижению усталости после значительной физической нагрузки; укреплению здоровья воспитанников и формированию стойкого интереса к систематическим занятиям спортом.
- Технология личностно-ориентированного обучения. Благодаря данной технологии педагог имеет возможность учитывать индивидуальные особенности каждого воспитанника при планировании и проведении учебно-тренировочного процесса.
- Проблемное обучение. Основой проблемного обучения является целенаправленное формирование таких условий, при которых обучающиеся должны применять умения и навыки для преодоления искусственно-созданных препятствий на пути к достижению поставленной цели.

- Игровая образовательная технология включает: повышение интереса к систематическим занятиям спортом у каждого обучающегося; создание командного духа; увеличение двигательной активности обучающихся; повышение эмоциональности учебно-тренировочного процесса.

Цель программы занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки и формирование у обучающихся представлений о здоровом образе жизни и установок на заботу о своем здоровье.

Задачи программы:

Задачи программы:

- овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, подскоки, 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.

Учебный план.

№	Название раздела	Кол-во часов			Формы аттестации (контроль)
		теория	практика	всего	
1.	Диагностика		1	1	Наблюдение, тестовые задания (входной мониторинг)
2.	Ходьба и бег. Разновидности ходьбы.		1		Наблюдение, анализ
3.	Ходьба и бег. Разновидности ходьбы.	1			Наблюдение, анализ.

4.	Танцевальный шаг.		1		Наблюдение, анализ
5.	Ритмико-гимнастические упражнения				Опрос, викторина.
6.	Подбрасывание, перекачивание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.	1			. Наблюдение, анализ
7.	Упражнения с препятствиями и на координацию движений.		1		Промежуточный мониторинг
8.	Строевые упражнения. Перестроения.		1		Наблюдение.
9.	Упражнения с препятствиями и на координацию движений. Перестроения.		1		Наблюдение, анализ
10.	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой		1		Наблюдение, анализ
11.	Упражнения на координацию движений	1			Викторина.
12.	Упражнения на внимание		1		Наблюдение, анализ.
13.	Упражнения на расслабление мышц		1		Наблюдение, анализ.
14.	Упражнения на координацию движений		1		Наблюдение, анализ.
15.	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы		1		Наблюдение, анализ.
16.	Упражнения на передачу в движении характера музыки, на	1			Наблюдение, анализ.

	развитие двигательной активности				
17.	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой		1		Наблюдение, анализ.
18.	Импровизация движений на музыкальные темы		1		Наблюдение, анализ.
19.	Упражнения, развивающие темп и ритм		1		Наблюдение, анализ.
20.	Индивидуальное творчество		1		Наблюдение, анализ. Опрос.
21.	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением		1		Наблюдение, анализ.
22.	Упражнения в передаче игровых образов под музыку		1		Наблюдение, анализ.
23.	Русские народные игры		1		Наблюдение, анализ.
24.	Упражнения на передачу в движении характера музыки	1			Наблюдение, анализ.
25.	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание		1		Наблюдение, анализ.
26.	Русские народные игры		1		Наблюдение, анализ.
27.	Танцевальные упражнения и движения		1		Наблюдение, анализ.
28.	Соединение движения с музыкой		1		Наблюдение, анализ.
29.	Танцевальные упражнения и движения с предметами		1		Наблюдение, анализ.
30.	Танцевальные упражнения и		1		Наблюдение, анализ.

	движения с предметами				
31.	Элементы русских народных плясок		1		Наблюдение, анализ.
32.	Элементы русских народных плясок		1		Наблюдение, анализ.
33.	Упражнения на развитие танцевального творчества		1		Наблюдение, анализ.
34.	Индивидуальное творчество		1		Наблюдение, анализ.
35.	Индивидуальное творчество		1		Наблюдение, анализ.
36.	Диагностика		1	1	Наблюдение, тестовые задания(итоговый мониторинг)
	Итого:	5	31	36	

Содержание учебного плана.

Диагностика. Тестирование для определения уровня физического развития.

- Ритмико-гимнастические упражнения»;
- «Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами»;
- «Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»;
- «Народные пляски и современные танцевальные движения».

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;
- уметь себя презентовать в выступлениях перед зрителями.

Календарно-учебный график.

<u>месяц</u>				
	<u>№ недели</u>	<u>1 год</u>		
		<u>Т</u>	<u>П</u>	<u>К</u>

сентябрь	1			к
	2		п	
	3	т		
	4		п	
октябрь	1.	т		
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	
	5.		п	
ноябрь	1.		п	
	2.		п	
	3.		п	
	4.	т		
декабрь	1.		п	
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	
январь	1.		п	
	2.	т		
	3.		п	
февраль	1.		п	
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	
март	1.	т	п	
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	

апрель	1.		п	
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	
май	1.		п	
	2.		п	
	3.			к
	4.		п	
Итого:		5	29	2

Условия для реализации программы.

Для реализации общеразвивающей программы «Ритмика» необходимо специальное оборудование (гимнастические скамейки); дидактическое оборудование (мячи, ленты, флажки, фишки, гимнастические палки, обручи); технические средства обучения (ноутбук, колонка, акустическая система).

Рабочая программа воспитания.

Цель - воспитание гармонично развитой, социально активной, ответственной личности.

Основные задачи:

- формирование основы мировоззрения личности с учетом отечественных традиций, современного опыта, достижений науки, спорта, культуры и искусства;
- воспитание сознательного отношения к обучению; к труду, общественно полезной работе и бережного отношения к личности (взаимопомощь, взаимопомощь), общественному достоянию;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- нравственное и эстетическое воспитание и воспитание в духе спортивной этики.

Направления работы: спортивно-оздоровительное, трудовое, гражданско- патриотическое, работа с родителями, развитие самоуправления.

Результаты работы:

- внимательное отношения к собственному здоровью;
- стремление к гуманным поступкам;
- повышение нравственного, патриотического гражданского сознания;

- способность к сотрудничеству, трудолюбию, самостоятельности

Календарный план воспитательной работы.

№ п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения (месяц)	Ожидаемый результат
1	Участие в организационном собрании объединения.	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности объединения.	сентябрь	Развитие интереса к традициям общеобразовательной организации дополнительного образования.
2	Подготовка трассы для общешкольного мероприятия «Осенний кросс»	Приобщение к общественно-полезному труду.	сентябрь	воспитание сознательного отношения к обучению; к труду, общественно полезной работе
3	Участие во всероссийском пробеге «Кросс нации-2025» совместно с родителями	Привлечение обучающихся и их родителей к ЗОЖ. Привитие традиций.	октябрь	Формирование модели поведения (освоение знаний, свода правил) пропаганда честного и чистого спорта, повышение уровня физической подготовленности, снижение уровня травматизма
4	Открытое занятие для родителей.	Организация совместной деятельности родителей (законных представителей), детей, педагогов,	декабрь	Развитие коммуникативных навыков, приобщение родителей к жизни детей
6	Совместное мероприятие к 23 февраля и 8 марта.	Организация совместной деятельности детей.	Февраль-март	Развитие организаторских способностей, коммуникативных и творческих навыков детей.
7	Участие в школьных и районных соревнованиях	Пропаганда физической культуры и спорта среди учеников. Стимулирование творческой активности и адаптации, социализации обучающихся в обществе	май	Формирование модели поведения (освоение знаний, свода правил) пропаганда честного и чистого спорта, повышение уровня физической подготовленности, снижение уровня травматизма

8	Праздник «В мире игр»	Поощрение в коллективе спортивных достижений и достижение в образовании обучающихся	май	Внимание к личным и коллективным достижениям обучающихся
---	-----------------------	---	-----	--

Оценочные (контрольно-измерительные) материалы.

Назначение зачетной работы: определить уровень сформированности основных компетенций, оценить качество подготовки обучающихся по всем основным темам по курсу «Ритмика».

Форма аттестации: практическая работа с применением встроенного педагогического наблюдения.

Система оценивания зачетной работы.

№ п\п	Критерии	Шкала оценивания			
		0	1	2	3
1	Самостоятельное технически правильное исполнение движений.	0	1	2	3
2	Синхронное исполнение.	0	1	2	3
3	Умение ориентироваться в пространстве.	0	1	2	3
4	Классическое положение рук и ног, соединение их с движениями (прыжками);	0	1	2	3
5	Соотносить темп движений с темпом музыкального сопровождения.	0	1	2	3
6	Умение начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	0	1	2	3
	Итого				

--	--	--	--	--	--

Оценка работы обучающихся производится по уровням

Критерии оценивания:

3 балла - данные знания и умения проявляются постоянно, имеют высокий уровень развития;

2 балла - данные знания и умения развиты на среднем уровне;

1 балл - данные знания и умения выражены слабо, достигают минимально необходимого уровня;

0 баллов - данные знания и умения отсутствуют

Высокий уровень – 15-18
Средний уровень – 10-14 баллов и более
Низкий уровень - менее 9 баллов

Список литературы.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва 2000 г.
 2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Санкт Петербург, 2002 г.;
 3. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. Москва., 1999 г
 4. Пособие по ритмике для 2 класса музыкальной школы. М., 2005
- Интернет-ресурсы
 1. WWW.dance-city.narod.ru

2. www.danceon.ru
3. www.mon.gov.ru