

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

Рассмотрено на заседании  
методического совета школы  
\_\_\_\_\_ О.А. Юткина  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.  
Протокол № \_\_\_\_\_

Согласовано:  
зам. Директора по УР  
\_\_\_\_\_ А.А.Осокина  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.

Утверждаю:  
Директор ГОКУ «Школа-интернат №8»  
\_\_\_\_\_ И. Г. Макаренко  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.  
Приказ № \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.

**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» 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

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

\_\_\_\_\_  
(подпись учителя)

Рассмотрено на заседании методического объединения учителей начальных классов

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г. Протокол № \_\_\_\_\_

Руководитель методического объединения Т.Ю. Михайлова  
(Фамилия, имя, отчество) \_\_\_\_\_ (подпись)

## **1. Пояснительная записка**

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

- 1) Адаптированной образовательной программы начального общего образования для слепых (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 (вариант 4.2) ГОКУ «Школа-интернат №8 г. Иркутска» (утв. Приказом № 262 от 30.08.2023 г.);
- 3) Учебный план ГОКУ «Школа-интернат №8 г. Иркутска» на 2023-2024 учебный год;
- 4) Положения о рабочей программе ГОКУ «Школа-интернат №8»

**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:**

#### **1. Обучающая:**

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

#### **2. Развивающая:**

способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала

#### **3. Воспитательная:**

способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса

профилактика возникновения вторичных отклонений в развитии, коррекция физического развития;

#### **4. 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.

#### **5. 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.

#### **6. 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.

7. 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.

8. 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.

9. 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.

10. 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

1.

### **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». 1 класс.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Перечень элементов содержания	Основные виды деятельности обучающихся	Дата проведения		Примечание
					план.	факт.	
1	Введение. Что такое «Ритмика»? Тело человека и его двигательные возможности.	1	1. Занятия ритмикой в жизни человека. 2. Игра «Что может наше тело». Развивать предметно-игровые действия, умение участвовать в коллективной деятельности, корректировать и развивать умение общаться в различных формах и ситуациях.	Беседа, практическое занятие.	11.09		
2	Ориентировка в пространстве. Музыка и движение.	2	1. Красота движения и музыкально-ритмическая деятельность. 2. Упражнения в музыкально-ритмической деятельности. 3. Танцевальные движения и танцы. 4. Движение и речь. Ритмика и зрение. Создание благоприятных условий, выявление уровня развития двигательных возможностей Выявить умение учащихся выполнять различные двигательные упражнения, держать ритм, выполнять простые танцевальные	Беседа, практическое занятие.	25.09		

			движения, выбрать соответствующий образовательный маршрут.				
3	Обучение специальным ритмическим упражнениям.	1	<p>1. Ритмичная ходьба с акцентами на определенный счет, с хлопками, упражнениями с движениями рук и туловища, проговариванием стихов, пословиц без музыкального сопровождения.</p> <p>2. Ритмичные движения на счет (четный, нечетный) с паузой.</p> <p>3. Ритмичные хлопки в ладоши</p> <p>4. Ходьба и бег в различном темпе.</p> <p>5. Ритмичное изменение положения рук.</p> <p>Ритмичные координированные движения рук и глаз.</p> <p>Создание положительного эмоционального климата между детьми.</p>	Беседа, практическое занятие.	09.10		
4	Музыкально-танцевальные игры.	1	<p>1. Движение. Характер движения. Движения под пение.</p> <p>2. Игры под музыку. Движение в соответствии с частью музыкального произведения.</p> <p>3. Ходьба, бег с движениями рук на акцент в музыке</p> <p>4. Ходьба, бег с выполнением выпадов, поворотов, остановок на акцент в музыке</p> <p>5. Ходьба, бег в соответствии с характером и ритмом музыки.</p>	Беседа, практическое занятие.	23.10		
5	Развитие выразительности движений и самовыражения.	1	<p>1. Передача движением звучания музыки.</p> <p>2. Смена направления движения с началом музыкальной фразы.</p> <p>3. Формирование пластичности движений, умений управлять темпом движений.</p>	Беседа, практическое занятие.	20.11		

			4. Преодоление трудностей развития движений.				
6	Ритм. Ритмический рисунок	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.	04.12		
7	Упражнения с предметами и без предметов.	1	1. Формирование ритмичности движений. 2. Содержание и амплитуда движения. 3. Общеразвивающие и специальные упражнения.	Беседа, практическое занятие.	18.12		
8	Упражнения на зрительно-моторную координацию.	1	1. Упражнения для координации движений. Бег и подскоки 2. Содержание и амплитуда движения. 3. Общеразвивающие и специальные упражнения.	Беседа, практическое занятие.	15.01		
9	Упражнения на зрительную пространственную ориентировку.	1	1. Разминка. Музыкально-танцевальные игры 2. Преодоление трудностей развития движений. 3. Ориентировка в пространстве	Беседа, практическое занятие.	29.01		
10-11	Подготовительные упражнения к танцам.	2	1. Упражнения для ступней ног. Вставание на полупальцы. 2. Выставление ноги на носок. Полуприседание. 3. Выставление ноги на пятку, носок. 4. Танцевальные импровизации Иметь основные представления о движениях ног	Беседа, практическое занятие.	12.02 04.03		

12-13	Подготовительные упражнения к танцам.	2	1. Упражнения для ступней ног. Вставание на полупальцы. 2. Выставление ноги на носок. Полуприседание. 3. Выставление ноги на пятку, носок. 4. Постановка танцевальной композиции Преодоление трудностей развития двигательных действий. Развитие координации двигательных действий.	Беседа, практическое занятие.	18.03 08.04		
14-15	Знакомство с элементами танцев	2	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.	22.04		
16-	Знакомство с элементами танцев	1	1.Тройной шаг. Шаг польки 2. Музыкально-двигательный образ. 3. Репетиция танца	Беседа, практическое занятие.	13..05		
17	Подведение итогов	1	Урок-смотр знаний	Практическое занятие.	13.05		





