

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Октябрьский сельский лицей
Чердаклинского района Ульяновской области

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора лицея
от 29 августа 2023 года
№ 160

Рабочая программа
(в том числе с применением электронного обучения
и дистанционных образовательных технологий)
индивидуального обучения на дому
по коррекционно-развивающему курсу «Ритмика»
для обучающихся 5 класса А
с легкой умственной отсталостью
на 2023 - 2024 учебный год
учителя физической культуры
Кузнецовой Юлии Николаевны

Срок реализации: 1 год

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО
на заседании кафедры начального общего образования
Протокол № 1 от 29 августа 2023 года
Руководитель кафедры _____ Т.Н.Шишкова

СОГЛАСОВАНО _____
зам директора лицея по УВР
Т.Н. Туктагулова
«29» августа 2023 год

Пояснительная записка

Цель реализации адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с легкой умственной отсталостью.

Цель реализации АООП НОО обучающихся с ЛЕГКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ — ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ТРЕБОВАНИЙ ФГОС НОО обучающихся ПОСРЕДСТВОМ СОЗДАНИЯ УСЛОВИЙ ДЛЯ МАКСИМАЛЬНОГО удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся с легкой умственной отсталостью, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

Достижение поставленной цели ПРИ РАЗРАБОТКЕ И РЕАЛИЗАЦИИ ОРГАНИЗАЦИЕЙ АООП НОО обучающихся с легкой умственной отсталостью предусматривает решение следующих основных задач:

- формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие личности обучающихся с легкой умственной отсталостью (нравственное, эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное, физическое) в соответствии с принятыми в семье и обществе нравственными и социокультурными ценностями; овладение учебной деятельностью сохранение и укрепление здоровья обучающихся;

- достижение планируемых результатов освоения АООП НОО обучающимися с легкой умственной отсталостью с учетом их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей;

- создание благоприятных условий для удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся с легкой умственной отсталостью;

- минимизация негативного влияния особенностей познавательной деятельности обучающихся с легкой умственной отсталостью для освоения ими АООП НОО;

- обеспечение доступности получения начального общего образования;

- обеспечение преемственности начального общего и основного общего образования;

- использование в образовательном процессе современных образовательных технологий деятельностного типа;

- выявление и развитие возможностей и способностей обучающихся с ЗПР, через организацию их общественно полезной деятельности, проведения спортивно–оздоровительной работы, организацию художественного

творчества и др. с использованием системы клубов, секций, студий и кружков (включая организационные формы на основе сетевого взаимодействия), проведении спортивных, творческих и др. соревнований;

- участие педагогических работников, обучающихся, их родителей (законных представителей) .

Характеристика учебного предмета

Программа «Ритмика» направлена на: развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, двигательной активности, координации движений, двигательных умений и навыков; формирование умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий; овладение специальными ритмическими упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов и т.д.), упражнениями на связь движений с музыкой; развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития; овладение подготовительными упражнениями к танцам, овладение элементами танцев, танцами, способствующими развитию изящных движений, эстетического вкуса; развитие выразительности движений и самовыражения; развитие мобильности.

Место учебного предмета

Рабочая программа составлена из расчёта 1 час в неделю, 33 часа в год.

Описание ценностных ориентиров

Ценностные ориентиры начального общего образования обучающихся с легкой умственной отсталостью конкретизируют личностный, социальный и государственный заказ системе образования, выраженный в Требованиях к результатам освоения АООП НОО, и отражают следующие целевые установки системы начального общего образования:

- формирование основ гражданской идентичности личности на основе:
 - осознания себя как гражданина России, чувства гордости за свою родину, российский народ и историю России, осознания своей этнической и национальной принадлежности;
 - восприятие мира как единого и целостного при разнообразии культур, национальностей, религий;
 - уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- формирование психологических условий развития общения, сотрудничества на основе:
- доброжелательности, доверия и внимания к людям;
- навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- уважения к окружающим;
- умения слушать и слышать партнёра;
- развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческих принципов нравственности:
- способности к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятия соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- ориентации в нравственном содержании как собственных поступков, так и поступков окружающих людей, развития этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие умения учиться, а именно:
 - принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
 - формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);
 - развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты ребенка с легкой умственной отсталостью:

- 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;

Предметные результаты ребенка с легкой умственной отсталостью:

- 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 физической культуре;
- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития, повышения работоспособности;
- овладение умениями организовывать здоровую сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.)
- формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

Содержание коррекционно- развивающего курса «Ритмика»

- Ритмико-гимнастические упражнения»;
- Ритмические упражнения со звучащими инструментами;
- «Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»;
- «Современные танцевальные движения».

Тематическое планирование 5 класс

№ урока	тема	Кол-во часов
	Ритмико-гимнастические упражнения -13ч.	
1	Вводный урок. Техника безопасности.	1
2	Ходьба и бег. Разновидности ходьбы.	1
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1
4	Ритмико-гимнастические упражнения.	1
5	Подбрасывание и перекатывание гимнастического мяча под музыку.	1
6	Подбрасывание и перекатывание обруча под музыку.	1
7	Упражнения с препятствиями на координацию движения.	1
8	Строевые упражнения.	1
9	Упражнения с гимнастическим мячом.	1
10	Упражнения с обручем.	1
11	Упражнения со скакалкой.	1
12	Упражнения с гимнастической палкой.	1
13	Игровое занятие.	1
	Ритмические упражнения со звучащими инструментами-8ч.	
14	Вводный урок.	1

15	Упражнения на внимание.	1
16	Упражнения на расслабление мышц.	1
17	Упражнения на координацию движения.	1
18	Импровизация ритмичных движений с детским бубном .	1
19	Импровизация ритмичных движений с детским барабаном.	1
20	Импровизация ритмичных движений с маракасами.	1
21	Упражнения на развитие двигательной активности с музыкальными инструментами.	1
	Импровизация движений на музыкальную тему. Игры под музыку-5ч.	
22	Импровизация движений на музыкальную тему.	1
23	Инсценирование песни.	1
24	Подражательные движения.	1
25	Образные этюды (лиса и заяц).	1
26	Упражнения на внимание в музыкальном сопровождении.	1
	Современные танцевальные движения-8ч.	1
27	Танцевальные упражнения и движения.	1
28	Соединение движений с музыкой.	1
29	Танцевальные упражнения и движения с предметами.	1
30	Различные композиции движений под музыку.	1
31	Различные композиции движений под музыку.	1
32	Танцевальные композиции.	1
33	Танцевальные композиции.	1

Материально - техническое обеспечение

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с легкой умственной отсталостью.
2. Спортивный инвентарь :
 - гимнастический мяч;
 - обруч;
 - скакалка;
 - гимнастическая палка;
 - детский бубен;
 - детский барабан;
3. Музыкальный центр.