

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «Ритмика»

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), примерной адаптированной основной общеобразовательной программы (вариант 1)

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью курс «Ритмика» является важным звеном в системе коррекционной работы. Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Цель программы: развитие двигательной активности в процессе музыкального восприятия

Задачи:

- Развивать восприятие музыкальных образов.
- Научить согласовывать движения с характером музыки.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления).
- Развивать координационно-ритмические способности, крупную и мелкую моторику.
- Научить выполнять под музыку элементы танцевальных движений.
- Развивать творческие способности.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

С целью усиления практической направленности обучения, проводится коррекционная работа по направлениям:

Совершенствование движений и сенсомоторного развития: развитие мелкой моторики рук; развитие артикуляционной моторики.

Коррекция отдельных сторон психической деятельности:

- коррекция развития восприятия и ощущений;
- коррекция развития двигательной памяти;
- коррекция развития внимания;
- коррекция развития пространственных представлений;
- коррекция развития представлений о времени.

Развитие различных видов мышления:

- наглядно-образного мышления;
- словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

Развитие основных мыслительных операций:

- умения сравнивать, анализировать;

умения выделять сходство и различие понятий.

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы: развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности;

воспитание самостоятельности принятия решения;

формирование устойчивой и адекватной самооценки;

формирование умения анализировать свою деятельность.

Коррекция – развитие речи: развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

Доминирующее место в содержательной структуре программы занимают новые *формы*: ритмопластика, психогимнастика, логоритмика, коррекционные подвижные и пальчиковые игры, коммуникативные танцы, творческие этюды и др.

Все перечисленные *формы* стимулируют развитие ловкости, точности, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, самоконтроль, самооценку.

Большое внимание программа уделяет формированию двигательных функций, так как обучение имеет коррекционно-развивающий характер и направлено на преодоление отклонений в физическом и психическом развитии.

Организация учебного процесса предполагает применение специальных методов обучения. *Игра* как *метод* обучения является одним из инструментов активизации познавательных способностей учащихся и воспитания устойчивого интереса к уроку ритмики.

Приоритетом программы являются *здоровьесберегающие технологии*: уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, массаж, самомассаж, соотношение статического и динамического компонента урока, рациональное использование оптимального времени урока, распределение психической и физической нагрузки. *Здоровьесберегающие* технологии повышают работоспособность, двигательную активность учащихся и уровень обучаемости, создают ощущение комфорта, улучшают нервно-психическое состояние.

Специфические средства воздействия на обучающихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию, исправлению психофизических недостатков, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дисциплинированности, коллективизма, дружелюбия).

Следовательно, основным содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность учащихся.

Программа построена по принципу поэтапного усложнения и расширения осваиваемого материала и тесно связана с программами по музыке, развитию речи, физической культуре, логопедии, истории, внеклассной и внешкольной деятельности. Это позволяет многократно повторять и закреплять полученные ранее знания и выработанные умения, дополнять и уточнять их новыми сведениями.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем. Упражнения с предметами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у таких детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Отсутствие точности движений мешает овладению навыками письма. Упражнения с музыкальными инструментами вызывают живой эмоциональный интерес, развивают слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная) развивают способность переживать содержание музыкального образа. Движение под музыку оказывают не только коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у детей активность и воображение, координацию и выразительность движений. Исполнение под музыку стихов, инсценировка песен и музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, двигаясь в хороводе, в танце, учащиеся приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности.

На занятиях по данной программе нужны определённые *педагогические условия*: ситуация успеха, непринуждённость, заинтересованность, поиск нового, игровые моменты, сотрудничество педагога и обучающегося.

На уроках ритмики используется *компилятивный подход* на этапах подбора материала и работы с ним: *традиционные методы* (наглядные, словесные, практические), *арттерапевтические методы* (имаготерапия, изотерапия, либропсихотерапия), *метод двигательного моделирования* (ритмопластика, психогимнастика, корригирующие игры, логоритмика и другие). Очень эффективны коммуникативные танцы-игры, которые выполняют психотерапевтические задачи развития социальной адаптации.

Программа по ритмике состоит из *пяти разделов*:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения;
- упражнения с музыкально-шумовыми инструментами;
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся.

На каждом уроке осуществления работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако, в зависимости от задач урока, учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, но в начале и в конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

1. Упражнения на ориентировку в пространстве должны входить составным элементом в каждый урок и являться его организующим началом. Задания этого раздела преследуют задачу научить детей строиться в шеренгу, колонну, цепочку, ходить по кругу, в заданном направлении, разными видами шага (маршировка с высоким подниманием колен; с отбрасыванием ног; осторожный, мягкий, пружинящий шаг; ходьба и бег с подскоками, с приседаниями; перестроения в различные фигуры). Во всех видах построений следует добиваться организованности, выработки определенных умений. Упражнения на ориентировку в пространстве должны включать в себя элементы занимательности и носить имитационный характер. Так как упражнения на ориентировку в пространстве являются начальным этапом урока, они должны создать определенный настрой и установку на дальнейшее занятие. При этом учитель обращает внимание на ведущую роль музыки.

2. Ритмико-гимнастические упражнения способствуют выработке музыкально-двигательных навыков. Этот раздел включает упражнения на развитие мышц шеи, плечевого пояса, корпуса, ног. По усмотрению учителя можно дополнить упражнениями по физической культуре. Недопустимо разучивание упражнений без музыки. Учащиеся

должны уметь выполнять упражнения самостоятельно, ориентируясь на темы и ритм музыкального сопровождения. Смена движений должна происходить одновременно со сменой музыки. В этот раздел входят задания на выработку координации движений, крайне необходимых умственно отсталым детям, т.к. основным видом их деятельности будет физический труд, в котором всегда имеют место движения, связанные с координацией и ритмом. Причиной плохой координации может быть чрезмерное возбуждение или двигательная пассивность. Возбудимым учащимся следует давать упражнения с успокаивающей лирической мелодией. Детей вялых, апатичных надо учить двигаться с полной амплитудой, четко и быстро. Основная цель данных упражнений – научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Психогимнастика под музыку способствует развитию адекватных эмоций, правильной мимики, формированию рационального дыхания. Методы и приёмы разнообразны: мимические этюды, игры на эмоции, упражнения с воображаемыми предметами, этюды-диалоги, дыхательные упражнения, релаксация, самомассаж.

3. Упражнения с музыкально-шумовыми инструментами рекомендуется начать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

Игра на музыкально-шумовых инструментах во вспомогательной школе вводится с целью развития мелкой мускулатуры пальцев, снятия напряжения или вялости, выработке точности, ритмичности и координации движений рук, развития дыхания. *Логоритмические* песенки способствуют развитию речи, фонематического слуха и формированию артикуляционного аппарата. Логоритмические песенки исполняются с элементами движений и игрой на музыкально-шумовых инструментах. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений.

4. Игры под музыку.

Игра – вид деятельности в условных ситуациях, направленный на воссоздание и усвоение социального опыта

С применением игровых форм процесс обучения приобретает дух соперничества. Игра является стимулом к совершенствованию знаний, умений и навыков. Игра помогает приучить к труду, способствует формированию дисциплины на уроке. Игра открывает перед детьми возможность самовыражения.

Подвижные игры различной направленности являются эффективным средством комплексного совершенствования двигательных качеств.

- *Образно-двигательные игры* предполагают освоение детьми пространства, формируют координацию движений, внимание, умение согласовывать действия друг с другом.

- *Музыкально-ритмические игры* развивают у детей чувство ритма, фантазию, воображение, творческие способности.

- Для развития ловкости включают игры с быстрым переходом от одних действий к другим.

- Для развития силы подходят игры, требующие кратковременных силовых напряжений, умеренных по нагрузке.

- Развитию выносливости способствуют игры с неоднократным повторением действий.

Все игры проводятся под музыку, это побуждает обучающихся к созданию музыкально-двигательного образа. Большинство детей с отклонениями в развитии не умеют или не решаются выразить своё отношение к музыке в движениях. Целесообразно предложить задания подражательного типа.

Главный принцип – подчинение движения музыкальному ритму и передача звуковых периодов в длительностях пластического движения. Основными приёмами корригирующих игр, где речь, музыка и движения тесно связаны, являются: символы-жесты, пальчиковая азбука, пальчиковые игры, слово-напоминание, слово-указание, слово-сигнал.

Дидактические игры имеют педагогическую и игровую задачу: правила, действия, результат. К дидактическим играм относятся: игры на внимание, игры на развитие чувства времени, игры на быстроту реакции и другие.

Сюжетно-ролевые игры по способу организации деятельности делятся на: игры-путешествия, игры-поручения, игры предположения, игры-загадки.

Для педагога специальной (коррекционной) школы игра может стать одним из инструментов активизации познавательных способностей учащихся, воспитания устойчивого интереса, совершенствования психических и психофизиологических функций, физического развития и успешность обучения в целом.

Не следует предъявлять сразу слишком большие требования к четкости и выразительности исполнения. Обучающиеся приобретают навыки постепенно, по мере овладения в процессе упражнений различными видами движений.

5. Танцевальные упражнения.

В разделе представлены упражнения с элементами хореографии: упражнения *для рук* (подготовительная, первая, вторая, третья позиции); упражнения *для ног* (первая, вторая, третья позиции); упражнения для корпуса; сочетания шагов, повороты и прыжки. А также – *корригирующие* упражнения на формирование правильной осанки, профилактику плоскостопия. Очень важны упражнения *креативного* характера, способствующие развитию творческой активности и воображения.

Обучению детей с умственной отсталостью танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается мелодия, в которой отражены особенности движения. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами.

Рекомендуется разучивать не более 3-4 танцев в течение учебного года. На начальном этапе обучения целесообразно подбирать танцы и пляски с повторяющимися движениями. Уроки ритмики предполагают *дифференцированный* подход. Учитель регулирует физическую и двигательную нагрузку каждого ребенка с учетом рекомендации врача.