

Рабочая программа по внеурочной деятельности для слепых обучающихся, вариант 2 по курсу: «Ритмика»

Пояснительная записка

Программа по курсу «Ритмика» составлена с учётом особенностей познавательной деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному и физическому развитию.

Рабочая программа по курсу «Ритмика» составлена на основе программы по ритмике А. А. Айдарбековой под редакцией В. В. Воронковой, Сборник программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида, Москва, ВЛАДОС, 2006.

Цель коррекционных занятий по ритмике – осуществление коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально – ритмической деятельности.

В программу по ритмике включены здоровьесберегающие технологии, формирующие компетенцию здоровьесбережения и самосовершенствования. Эти технологии помогают быстро и легко устанавливать дружеские связи с другими участниками образовательного процесса. Дают психо-терапевтический эффект:

- эмоциональную разрядку;
- снятие умственной перегрузки;
- снижение нервно – психического напряжения;
- восстановление положительного настроения;
- восстановление положительного энергетического тонуса.

Основными задачами занятий по ритмике являются:

- развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;
- обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;
- расширение кругозора обучающихся, воспитанников через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;
- создание условий для творческого самовыражения воспитанника, учитывая индивидуальные возможности;
- формирование у обучающихся эмоциональной отзывчивости на музыкальные произведения;
- коррекция высших психических функций, коррекция моторно – двигательной сферы.

В учебном плане на курс «Ритмика» выделяется 0,5 часа в неделю. Общее число часов за год обучения составляет: 17 часов.

Тематическое планирование

№	Название темы и содержание	Содержание занятия
Игритмика (6 часов)		
1 -6	Упражнения на определение темпа и ритма	- разучивание построений и перестроений - разучивание частей тела и движений ими в пространстве - разучивание статических положений частей тела - разучивание упражнений в движении

		- коррекция ориентировки в пространстве (оптико-пространственного восприятия) - коррекция слухового восприятия
--	--	---

Игрогимнастика (2 часа)

1.	Игропластика	- разучивание простых ОРУ без предметов
2.	Игровой стретчинг	- разучивание простых упражнений на развитие координации

Игротанцы (3 часа)

1.	Хореографические упражнения	- разучивание мужского поклона;
2.	Танцевально-ритмическая гимнастика	- разучивание простых ОРУ с музыкальными инструментами - разучивание простейших музыкальных звуков на бубне, барабане, колокольчике и пр. муз. инструментах

Оздоровительная гимнастика (6 часов)

1.	Пальчиковая гимнастика	- разучивание комплексов пальчиковой гимнастики с речевым сопровождением
2.	Упражнения на формирования правильной осанки и свода стопы и профилактика их нарушений	- разучивание комплексов упражнений на формирование правильной осанки - разучивание комплексов упражнений, направленных на профилактику плоскостопия
3.	Игровой самомассаж	- разучивание комплексов самомассажа

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 644336974853228904002341178330791503358059491577

Владелец Козионов Андрей Петрович

Действителен с 17.01.2023 по 17.01.2024