

**1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Общеобразовательная программа по учебному предмету «Физическая культура» разработана на основе следующих нормативных актов и учебно-методических документов:

* Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012 года.
* Приказ Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (Зарегистрировано в Минюсте РФ от 3 февраля 2015 года).
* Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренная решением федерального методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

**Цель предмета:** исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

**Основные задачи изучения коррекционного курса «ритмика».**

**-**развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического психофизического здоровья детей.

-развитие общей и речевой моторики.

-эмоционально-волевое развитие учащихся.

-воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно- психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ведущей ролью коррекционно- развивающего обучения данного предмета является не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное развитие личности умственно отсталого ребенка, дающее возможность реализации его способностей, подготовка ребенка к жизни, его психологическа и социальная адаптация.

**2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Во время занятий по ритмике дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. Содержание обучения направлено на развитие и корригирование координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

Программа содержит 5 разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

2. Ритмико-гимнастические упражнения.

3.Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

4. Игры под музыку.

5. Танцевальные упражнения.

**3.МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.**

В соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью, предмет «ритмика» входит в предметную область. Настоящая программа будет реализована в условиях классно-урочной системы обучения. Данная программа рассчитана на 34 учебные недели,34 часа в год(1час в неделю).

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | Часов в неделю | 1ч | 2ч | 3ч | 4ч | год |
| ритмика | 1 | 8 | 8 | 10 | 8 | 34 |

**4.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Современные подходы к повышению эффективности обучения предполагают формирование у школьника положительной мотивации к учению, умению учиться, получать и использовать знания в процессе жизни и деятельности. На протяжении всего обучения проводится целенаправленная работа по формированию учебной деятельности, в которой особое внимание уделяется развитию и коррекции мотивационного и операционного компонентов учебной деятельности, т.к. они во многом определяют уровень ее сформированности и успешность обучения школьника.

**Минимальный уровень:**

-уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

-различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;

-отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки. Даже во время веселой, задорной пляски;

-различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**Достаточный уровень:**

**-**знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;

-уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;

-знать основные элементы танцев, разученных в течении периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;

-уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

**Достижение личностных результатов:**

**-**ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

-развитие двигательной активности;

-формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;

-осознавать роль танца в жизни;

- понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире;

-развитие танцевальных навыков;

- развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности;

-расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми;

-освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях;

-способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;

-способность организовать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

**Метапредметные результаты:**

**Регулятивные УУД:**

**-**использование речи для регу ляции своего действия;

-адекватное восприятие предложений учителя, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;

-умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

**Познавательные УУД:**

-определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;

-умение ставить и формулировать проблемы;

-навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

**Коммуникативные УУД:**

**-**работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

-обращаться за помощью;

-предлагать помощь и сотрудничество;

-слушать собеседника;

-договариваться и приходить к общему решению;

-формулировать собственное мнение и позицию;

-осуществлять взаимный контроль;

-адекватно оценивать собственное поведение5 и поведение окружающих.

**5.КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ.**

В соответствии с ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР(1 вариант) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и описания возможных результатов образования данной категории обучающихся.Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке: организации ритмических игр; проведение творческих выступлений. Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в конкурсных мероприятиях или выполнением им некоторых работ. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

-по оценке творческой продукции ребенка –исполнению им комплесов упражнений по ритмической гимнастике, танцев, песен; игре на простых музыкальных инструментах, участию в различных сценических представлениях;

-по повышению уровня общей и физической культуры;

-по введению речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;

-по отношению в коллективе.

**6. Материально техническое обеспечение.**

**Оборудование и инвентарь кабинета**

-технические средства обучения (магнитафон, компьютер, мультимедийная установка);

-музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры);

-Детские музыкальные инструменты: трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, свистульки, деревянные ложки;

-дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.