



Ritmika

Metodiskie ieteikumi izglītojamajiem ar vidēji smagiem un smagiem garīgās attīstības traucējumiem

ISEC redakcija

Satura rādītājs

Ievads.....	2
Mācību priekšmeta mērķi un uzdevumi	3
Mācību saturs.....	4
Pirmā pakāpe	4
Otrā pakāpe.....	5
Trešā pakāpe	6
Ceturta pakāpe	7

Ievads

Metodiskie ieteikumi ritmikā (turpmāk – metodiskie ieteikumi) ir veidoti atbilstoši pamatizglītības mācību priekšmeta “Mūzika” standartā izvirzītajiem galvenajiem mērķiem un uzdevumiem, ievērojot speciālās pamatizglītības programmā izglītojamajiem ar garīgās attīstības traucējumiem izvirzītos mērķus un uzdevumus

Metodiskie ieteikumi orientēti uz izglītojamo domāšanas, valodas, kustību un sociālās uzvedības izpausmju korekciju un kompensāciju, ņemot vērā katra izglītojamā individuālās personības attīstības īpatnības. Tiem ir ieteikuma raksturs.

Metodiskie ieteikumi strukturēti pakāpēs, kas piedāvā iespēju mācību saturu apgūt atbilstoši veselības stāvoklim un attīstības līmenim.

Programmas satura īstenošanā galvenā ir rotaļu metode, ar kuru tiek attīstītas prasmes, kas būs nepieciešamas sociālās adaptācijas sekmīgākai norisei. Ritmikas nodarbībās nozīmīgas ir tiešās uztveres metodes: paraugdarbības demonstrēšana, praktiskais darbs un treniņdarbība.

Ņemot vērā mācīšanas praktisko ievirzi, pedagogs izvēlas šādas mācību metodes: individuālās nodarbības, darbs grupās, pedagogu sadarbības modeļu formas.

Pedagogs aprakstoši izvērtē izglītojamā vispārējās prasmes, izglītojamā attīstības dinamiku. Ar izglītojamā sekmēm regulāri iepazīstina vecākus (kopējās pārrunās, vērojumos, darbības demonstrēšanā, domu apmaiņā).

Mācību priekšmeta mērķi un uzdevumi

Mācību priekšmeta mērķi

Veikt domāšanas, valodas, kustību un sociālās uzvedības traucējumu korekciju un kompensāciju.

Mācību priekšmeta uzdevumi

Sekmēt ritma izjūtu, muzikālās dzirdes un dziedāšanas kvalitātes attīstīšanos.

Attīstīt līdzsvara un koordinācijas spējas.

Stabilizēt emocijas.

Mācību saturs

Pirmā pakāpe

Orientācija telpā

Vingrinās orientēties telpā un apgūst jēdzienus “tuvāk” un “tālāk”. Pārvietojas no vienas telpas malas uz otru. Mācās soļot un skriet. Vingrinās kustēties aplī, izmantojot atbalsta materiālus: atzīmēta vieta, sadotas rokas, aukliņas, nūjas, lentas, lecamauklas un vingrošanas aplī. Atdarina vienkāršas kustības ar priekšmetiem un bez tiem. Priekšmetus (rotaļlietas) pārvieto un novieto noteiktā vietā.

Mūzikas ritms, temps

Veido reakciju uz mūzikas sākumu un beigām. Veido reakciju uz mūzikas un trokšņa skaļumu. Seko skaņas avotam. Klausās dziesmas un tautasdziesmas.

Kustību koordinācija

Vingrina sejas mīmiku. Veic elpošanas vingrinājumus, pūšot vieglus priekšmetus, piemēram, balonus, stabulītes. Attīsta smalko muskulatūru, veicot vingrinājumus ar pirkstu lellītēm. Pilnveido līdzsvara un koordinācijas sajūtu, veicot pietupienus, izklupienus. Vingrinās pārvietoties pa iezīmētu ceļu (“taciņu”).

Emocijas

Ar sejas mīmiku atdarina piktogrammās attēlotos simbolus – smaidu, smieklus, bēdas, dusmas, izbrīnu.

Veic atslābinošos un relaksējošos vingrinājumus.

Rotaļas

Pedalās rotaļās ar ķermeņa daļu atpazīšanu un nosaukšanu, ar dzirdes uzmanības koncentrēšanu, ar dabas skaņu noteikšanu, dzīvnieku bals atpazīšanu un atdarināšanu.

Otrā pakāpe

Orientācija telpā

Mācās soļot un skriet uz pirkstu galiem, uz papēžiem, ar platiem un īsiem soļiem. Veido kustības aplī. Veic aplī virziena maiņu uz priekšu, atpakaļ, uz vidu, uz āru. Mācās soļot un skriet pa apli, ievērojot distanci.

Mūzikas ritms un temps

Klausās dziesmu, atveido tautasdziesmu ritma zīmējumus. Apgūst zilbju ritmizēšanu. Atdarina dažādus ritma zīmējumus.

Izpilda vienkāršus ritmiskus vingrinājumus ar zvaniņiem, ar vienu un diviem kociņiem u.tml.

Izspēlē vienkāršu dzejoļu un tautasdziesmu ritmu.

Kustības

Veic vingrinājumus ar galvas pagriešanu, pieliekšanu un noliekšanu; ar plecu daļas pacelšanu, plecu apļošānu. Veic pietupienus ar atbalstu un bez tā. Veic vingrinājumus, izmantojot atbalsta materiālus, piemēram, bumbas, auklas, lentas. Mācās vingrināt pēdas: pēdas izvērš, satuvina, nostiepj pirkstgalu. Veic palēcienus uz abām kājām noteiktā ritmā, ķermeni pagriež palēciena laikā, kā arī izpilda palēcienus noteiktā virzienā. Vingrina pirkstu muskulatūru, pretstatot vienas vai abu roku pirkstus īkšķim (katru roku atsevišķi, abas rokas vienlaicīgi). Variē plaukstu sasitienus un kāju piesitienus.

Mācās vienkāršus deju soļus.

Emocijas

Atveido mūzikas raksturu, izmantojot sejas mīmiku un ķermeņa kustības.

Rotaļas

Rotaļas laikā maina kustības virzienu. Atdarina pazīstamus tēlus un spilgtas darbības. Veido izteiktus mūzikas un ritma akcentus. Piedalās kustību rotaļās ar muzikālo pavadījumu.

Trešā pakāpe

Orientācija telpā

Soļo un skrien noteiktā virzienā, maina virzienu pēc signāla. Veic virziena maiņu pa labi un pa kreisi. Soļo pa pāriem, soļo pārmaiņus ar pietupieniem, atmuguriski, sāniski. Nostājas kolonnā pa vienam, pa diviem. Nostājas aplī no brīva izvietoējuma zālē. Veic uzdevumus ar priekšmetiem: novieto noteiktā vietā, pārvieto, nodod citam.

Mūzikas ritms un temps

Atdarina ar plaukstu sitieniem vai kāju piesitieniem ritma zīmējumu pēc pedagoga demonstrējuma. Klausās un ritmizē dziesmu un tautasdziesmu. Izpilda vienkāršus ritmiskus vingrinājumus ar dažādiem instrumentiem. Izspēlē vienkāršu dziesmu un tautasdziesmu ritmu. Atdarina pazīstamas dziesmas ritmu.

Kustības

Veic kustības ar ķermeņa stāvokļa maiņu: noliecas, pagriežas, ķermeņa svaru pārnes no vienas kājas uz otru. Veic vingrinājumus ar pēdu izvēršanu. Virza kājas dažādos virzienos. Veic palēcienus uz abām kājām, uz vienas kājas, noteiktā virzienā. Atveido kustības atbilstoši muzikālā pavadījuma tempa maiņām.

Emocijas

Nosaka mūzikas raksturu, atdarina ar sejas mīmiku un ķermeņa kustībām. Iesaistās nelielā improvizācijā.

Rotaļas

Kustības izteiksmīgi atspoguļo brīvās dejiskās kustībās. Rotaļu tēlus un dziesmu saturu atspoguļo kustībās. Iesaistās muzikālās pasakās. Darbojas muzikālās rotaļās ar priekšmetiem.

Deju soļus atveido pa vienam un pāros. Dejas elementu apguves laikā izmanto lentu un lakatiņus.

Ceturrtā pakāpe

Atveido melodijas ritmu, spēj atdarināt koordinētas un līdzsvarotas kustības pēc parauga, veido deju soļus pāri, iesaistās kustību un sižetiskās rotaļās .