

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Специальная (коррекционная) школа»

РАССМОТРЕНА:  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
18 08 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МОБУ «Специальная  
(коррекционная) школа»  
И.В. Павлова  
Приказ № 118  
от « 02 » 08 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
коррекционного курса

**РИТМИКА**

для обучающихся 1 класса

Срок реализации – 1год

Учитель: Бутаева Т.А.

Квалификационная категория: 1

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА:

Протокол заседания методического объединения педагогов № \_\_\_\_\_ « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.  
руководитель ШМО Хомутинникова В.А.

Бузулук, 2024г.

**Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика»** составлена в соответствии с:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598;
- Приказ от 24 ноября 2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с расстройством аутистического спектра МОБУ «Специальная (коррекционная) школа» (вариант 8.3)

Целью образования обучающихся с умственной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с тяжёлыми и множественными нарушениями развития по данному варианту АООП является развитие личности, формирование общей культуры, соответствующей общепринятым нравственным и социокультурным ценностям, формирование необходимых для самореализации и жизни в обществе практических представлений, умений и навыков, позволяющих достичь обучающему максимально возможной самостоятельности и независимости в повседневной жизни.

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих задач:

Учебно- методический комплект:-

В учебном плане коррекционно – развивающее занятие «Ритмика» реализуется в части, формируемой участниками образовательных отношений.

На его изучение отведено:

- 1 класс 2 часа в неделю, итого 66 часов в год;

Общее число часов за период обучения в 1 классе составляет 66 часов.

Срок реализации программы 1год.

**Целью** занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

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

**Основные направления работы по ритмике:**

упражнения на ориентировку в пространстве;

ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами;

игры под музыку;

танцевальные упражнения.

**Планируемые результаты**

*Минимальный уровень:*

- Готовится к занятиям, строится в колонну по одному, находит своё место в строю и входит в зал организованно под музыку, приветствует учителя, занимает правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняется в шеренге, в колонне.
- Ходит свободным естественным шагом, двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.

- Ходит и бегаёт по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии.
- Ритмично выполняет несложные движения руками и ногами.
- Соотносит темп движений с темпом музыкального произведения.
- Выполняет игровые и плясовые движения.
- Выполняет задания после показа и по словесной инструкции учителя.
- Начинает и заканчивает движения в соответствии со звучанием музыки.
- Умеет принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.
- Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- Соблюдает темп движений, обращая внимание на музыку, выполняет общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе.
- Легко, естественно и непринужденно выполняет все игровые и плясовые движения.
- Ощущает смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями

*Достаточный уровень:*

- Умеет самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.
- Организованно строится (быстро, точно).
- Сохраняет правильную дистанцию в колонне парами.
- Самостоятельно определяет нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.
- Соблюдает темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе.
- Легко, естественно и непринужденно выполняет все игровые и плясовые движения.
- Ощущает смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.
- Повторяет любой ритм, заданный учителем.
- Задаёт сам ритм одноклассникам и проверяет правильность его исполнения (хлопками или притопами).
- Самостоятельно ориентируется в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг.
- Знает основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций.
- Умеет самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах

**Контрольно – оценочные материалы**

**Серия I. Упражнения на ориентирование в пространстве**

- правильное исходное положение / перестроение из шеренги в круг, цепочка;
- наклоны, выпрямление и повороты головы;
- движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами;
- выполнение простых движений с предметами во время ходьбы

**Серия II. Ритмико-гимнастические упражнения**

- приседания с опорой и без опоры, приседания с предметами;
- свободное круговое движение рук «Маятник»

**Серия III. Игры под музыку**

- «Волшебная шляпа»;
- «Волк под горой»;
- «Весёлые лягушута»

**Серия IV. Танцевальные упражнения**

- игровой самомассаж;
- танцевальные шаги;

- солдатики;
- турецкие шахи.

## **Серия V. Упражнения с музыкально- ритмическими предметами**

- ложки;
- бубен;
- маракас.

### **Содержание программы**

#### **1 классы**

##### **Упражнения на ориентирование в пространстве**

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

##### **Ритмико-гимнастические упражнения**

###### *Общеразвивающие упражнения*

Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами. Упражнения на выработку осанки.

###### *Упражнения на координацию движений*

Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

###### *Упражнения на расслабление мышц*

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

##### **Координация движений, регулируемых музыкой**

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

##### **Игры под музыку**

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей. Музыкальные игры с предметами.

##### **Танцевальные упражнения**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

#### **2 класс**

##### **Упражнения на ориентирование в пространстве**

Ходьба вдоль с поворотами. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами.

##### **Ритмико-гимнастические упражнения**

###### *Общеразвивающие упражнения*

Упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы. Наклоны туловища. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук. Повороты туловища с передачей предмета. Движения рук и ног. Упражнения на выработку осанки.

###### *Упражнения на координацию движений*

Перекрестные движения. Сопряженные движения рук и ног. Одновременные движения рук и ног. Ускорение и замедление движений. Смена движений.

###### *Упражнения на расслабление мышц*

Встряхивание и раскачивание рук. Раскачивание рук поочередно и вместе. Выбрасывание ног.

##### **Координация движений, регулируемых музыкой**

Круговые движения. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане.

##### **Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки. Различение изменений в музыке. Передача в движениях игровых образов. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен.

### **Танцевальные упражнения**

Тихая ходьба, пружинящий шаг. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, хлопки, полька. Переменные притопы. Элементы русской пляски. Движения местных народных танцев.

### **3 класс**

#### **Упражнения на ориентирование в пространстве**

Ходьба разным шагом. Чередование видов ходьбы. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три круга. Перестроение из одного круга в концентрические круги. Выполнение движений с предметами.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения**

##### *Общеразвивающие упражнения*

Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях. Поднимание на носках и приседание. Упражнения на выработку осанки.

##### *Упражнения на координацию движений*

Одновременные движения рук и ног. Круговые движения ног и рук. Упражнения с предметами. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.

##### *Упражнения на расслабление мышц*

Напряжение и расслабление мышцы рук, пальцев, плеча. Перенесение тяжести тела.

#### **Координация движений, регулируемых музыкой**

Упражнение с барабанными палочками. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

#### **Игры под музыку**

Передача в движениях частей музыкального произведения. Передача в движении динамического нарастания в музыке. Ускорение и замедление темпа движений. Широкий, высокий бег; элементы движений и танца. Передаче игровых образов. Смена ролей в импровизации. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

### **Танцевальные упражнения**

Элементы хороводного танца. Шаг на носках. Шаг польки. Сильные поскоки, боковой галоп. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Элементы русской пляски. Основные движения народных танцев.

### **4 класс**

#### **Упражнения на ориентирование в пространстве**

Перестроение в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в круги. Перестроение из кругов в звездочки и карусели. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения**

##### *Общеразвивающие упражнения*

Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки.

##### *Упражнения на координацию движений*

Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы. Упражнения под музыку. Самостоятельное составление ритмических рисунков. Сочетание хлопков и притопов с предметами.

##### *Упражнения на расслабление мышц*

Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя

**Координация движений, регулируемых музыкой** Упражнения на детском пианино. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.

#### **Игры под музыку**

Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

### **Танцевальные упражнения**

Галоп. Элементы русской пляски. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бег  
Поскоки с продвижением. Элементы народных танцев.

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
<b>1 класс</b>		<b>66 ч.</b>
1	Диагностика (мониторинг).	1
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение.	1
3	Разминка. Поклон. Музыкальный этюд «Пружинка».	1
4	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка.	1
5	Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	1
6	Разминка. Музыкальный этюд «Листья».	1
7	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами	1
8	Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднятие и опускание рук.	1
9	Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук	1
10	Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук.	1
11	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).	1
12	Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях.	1
13	Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки	1
14	Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке	1
15	Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями	1
16	Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1
17	Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах.	1
18	Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах.	1
19	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево.	1
20	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга.	1
21	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища	1
23	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры	1
24	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами	1
25	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1
26	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1

27	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук	1
28	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник»	1
29	Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.	1
30	Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабанах	1
31	Диагностика(мониторинг).	1
32	Игры под музыку. Движения транспорта, людей.	1
33	Музыкальные игры с предметами.	1
34	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	1
35	Танцевальные упражнения. Движения парами	1
36	Танец «Пляска с притопами»	1
37	Общеразвивающие упражнения	1
38	Ритмико-гимнастические упражнения	1
39	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	1
40	Движения по линии танца.	1
41	Игры под музыку. Комбинация «Гуси».	1
42	Комбинация «Слоник».	1
43	Развивающие игры «Светофор», «Гусеницы».	1
44	Образная игра «В мире животных», игра «Слабый – сильный дождь».	1
45	Элементы русского танца.	1
46	Развивающие упражнения для кистей рук (упражнение «Кошка»).	1
47	Упражнения для плечевого отдела «Паровозик».	1
48	Дыхательные упражнения. Маховые упражнения «Мельница». Образное движение «Ветер – ветерок».	1
49	Изучение элементов русского танца: «ковырялочка», «лесенка», «гармошка».	1
50	Игра – имитация под музыку «Любимый персонаж сказки».	1
51	Совершенствование ритмических упражнений. Упражнения партерной гимнастики: лежа на спине, на животе.	1
52	Совершенствование ритмических упражнений. Упражнения партерной гимнастики: лежа на спине, на животе.	1
53	Музыкально – пространственная композиция «Строим круг».	1
54	Музыкально – пространственная композиция «Строим круг».	1
55	Отстукивание простых ритмических рисунков каждой палочкой отдельно подсчет с проигрыванием стихов, попевок.	1
56	Отстукивание простых ритмических рисунков каждой палочкой отдельно подсчет с проигрыванием стихов, попевок.	1
57	Инсценировки. Танец «Пальчики и ручки».	1
58	Танцевальные упражнения. Пляска с султанчиками.	1
59	Пляска с притопами. Гопак	1
60	Подружились «Пляска»	1
61	Стукалка «Украинская народная мелодия»	1
62	Повторение и закрепление пройденного материала. Ролевая игра «Растет огород»	1
63	Музыкальная игра «Усни, трава».	1
63	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	1
64	Упражнения на расслабление мышц. Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1
65	Прохлапывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
66	Диагностика (мониторинг).	1