

казенное общеобразовательное учреждение Омской области  
«Нововаршавская адаптивная школа – интернат»

(КОУ «Нововаршавская школа-интернат»)

Рассмотрено  
Методическим объединением  
Протокол № \_\_\_\_\_ от  
\_\_\_\_\_ августа \_\_\_\_\_ г.

Согласовано  
Заместитель директора  
по УВР \_\_\_\_\_  
Л.Ю. Арнович

Утверждаю  
И.о. директора школы  
\_\_\_\_\_  
Л.Ю. Арнович  
Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

**Рабочая программа  
коррекционного курса «Ритмика»  
3 класс (1 вариант)  
по учебному плану на 2023-2024 учебный год**

Составитель: Е.А. Кучерова, учитель

\_\_\_\_\_

Нововаршавка, 2023 г.

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основании следующих нормативно – правовых документов:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ от 5.12. 2022 № 1063 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115»;
- Приказ от 24.12.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Инструктивное письмо Министерства общего и профессионального образования РФ № 48 от 04.09.1997 «О специфике деятельности специальных (коррекционных образовательных учреждений I-VIII видов)»;
- Инструктивное письмо Минобрнауки РФ от 26 декабря 2000 года № 3 «О дополнении инструктивного письма Минобрнауки России от 04.09.1997 №48»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ № 120 ФЗ (ст. 18) от 24.06. 1999 «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № АФ-150/06 от 18.04. 2008 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;
- СанПиН № 2.3/2.4.3590-20, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Нововаршавская школа-интернат», 1-4 класс (1 вариант) на 2023-2024 учебный год;
- Устав казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Нововаршавская адаптивная школа-интернат».

Рабочая программа по «Ритмике» предназначена для учащихся 3 класса с лёгкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями).

«Ритмика» является одним из важных общеобразовательных предметов в основной образовательной программе для детей с особыми возможностями здоровья.

При составлении программы учитывались возрастные и психофизиологические особенности учащихся, содержание программы отвечает принципам психолого - педагогического процесса и коррекционной направленности обучения и воспитания обучающихся с умственной отсталостью.

Рабочая учебная программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта на базовом уровне; дает распределение учебных часов по

разделам курса и определяет последовательность изучения разделов с учетом внутри предметных связей, возрастных особенностей учащихся; определяет набор тестов и зачётов, выполняемых учащимися.

**Цель коррекционных занятий по ритмике** – осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых школьников 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 детьми. Дают психотерапевтический эффект:

- Эмоциональную разрядку
- Снятие умственной перегрузки
- Снижение нервно – психического напряжения
- Восстановления 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 школьников через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;
- создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;
- формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;
- коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы.

Решение поставленных задач имеет большое значение для коррекции недостатков психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, их познавательных возможностей и интересов.

**Образовательные задачи:**

- формировать у учащихся представления о ритмике, предмете, входящем в систему музыкального воспитания;
- формировать художественный вкус детей;
- выявлять способности импровизировать, самостоятельно танцевать;
- знакомить с танцевальными движениями, упражнениями и танцами;
- уточнять, напоминать о том, чтобы танцевальные движения совпадали с ритмом музыки;
- расширить знания о танцах: бальные вальс, танго, эстрадные, народные русские пляски, хороводы, танцы народов мира;
- обобщить музыкально-теоретические понятия;
- систематизировать танцевальные и ритмико-гимнастические упражнения;
- развивать представление о пространстве и умение ориентироваться в нем;
- приобщать детей к музыке и правильному восприятию ее на слух;
- развивать творческие способности;
- учить пользоваться музыкальными, танцевальными терминами;
- тренировать и развивать музыкальную память, слух, мышление, воображение;
- проверять полученные знания и умения о ритмике.

**Коррекционно-развивающие задачи:**

- корректировать внимание (произвольное, произвольное, устойчивое, переключение внимания, увеличение объема внимания) путем выполнения танцевальных движений;
- коррекция и развитие связной устной речи (регулирующая функция, планирующая функция, анализирующая функция, орфоэпически правильное произношение, пополнение и обогащение пассивного и активного словарного запаса, диалогическая и монологическая речь) через выполнение заданий по логоритмике;
- коррекция и развитие памяти (кратковременной, долговременной) при разучивании

танцев;

- коррекция и развитие зрительных восприятий при повторях танцевальных движений;
- развитие слухового восприятия при прослушивании музыкальных произведений;
- коррекция и развитие тактильного восприятия;
- коррекция и развитие мелкой моторики кистей рук (формирование ручной умелости, - развитие ритмичности, плавности движений, соразмерности движений);
- коррекция и развитие мыслительной деятельности (операций анализа и синтеза, - выявление главной мысли, установление логических и причинно-следственных связей, планирующая функция мышления);
- коррекция и развитие личностных качеств учащихся, эмоционально-волевой сферы (навыков самоконтроля, усидчивости и выдержки, умение выражать свои чувства при - разучивании и исполнении танцевальных движений);
- формирование двигательных навыков в сочетании с речью и музыкой;
- регуляция эмоциональной сферы;
- развитие умений и навыков коллективных действий.

**Воспитательные задачи:**

- воспитывать интерес к учебе, предмету;
- воспитывать умение работать в парах, в группах;
- воспитывать самостоятельность;
- воспитывать нравственные качества (любовь, бережное отношение к друг к другу, трудолюбие, умение сопереживать и т.п.)

Формулировка задач на урок зависит от темы урока, подобранных заданий и типа урока. Например, на уроке изучения нового материала – дать понятия, познакомить, на уроке закрепления знаний – закрепить, повторить и т.п.

Особенности методики преподавания предмета. Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий ритмикой для детей с умственной отсталостью обуславливаются структурой нарушений детей данной категории, где присутствуют отклонения в психических функциях, эмоционально-волевой сфере, моторике. В связи с этим в занятия по ритмике включаются такие направления, как: коррекция психических функций, где средствами ритмики осуществляется коррекция внимания (его переключаемости, устойчивости, распределения), памяти (слуховой, зрительной), воображения (воссоздающего, творческого), восприятия (слухового, пространственного, зрительного); коррекция эмоционально-волевой сферы, где дети овладевают «языком выразительных движений», умением передавать различные эмоциональные состояния (радости, нежности, печали, удивления и т.д.), учатся снимать психоэмоциональное напряжение, приобретают навыки невербальной коммуникации, адекватного группового поведения; коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движений, ориентировки в пространстве, преодолению глобальных синкинезий; развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

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

## 2. Общая характеристика учебного предмета

Урок ритмики – это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных двигательных и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие психических функций, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются личностные качества, саморегуляция и произвольность движений и поведения.

Уроки ритмики способствуют общему развитию детей с ограниченными возможностями, исправлению недостатков общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, физического развития, эстетического воспитания, развитию чувства ритма.

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.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ.

Обучению умственно отсталых детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко и др.

Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии. Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.

Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.

Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.

Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.

Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

ритмопластика и ритмическая гимнастика;

логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);

психогимнастика под музыку;

корректирующие игры с пением;

коррекционные подвижные и пальчиковые игры;

коммуникативные танцы;  
хореографические этюды с предметами и без предметов;  
элементы музицирования;  
импровизация;  
ритмический диктант.

Во время проведения занятий используются здоровьесберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи, соотношение статического и динамического компонента урока. рациональность использования оптимального времени урока (3-25-я мин.), размещение учащихся в зале с учетом их особенностей здоровья (нарушения зрения, осанки, рост), активность и работоспособность учащихся на разных этапах урока. Интерес к теме или уроку. распределение психической и физической нагрузки, облегченная одежда, проветривание, влажная уборка.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

#### **Связь содержания программы с учебными предметами.**

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.

«Ритмика» является важной составляющей частью образования, обучающихся, с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Владение по «Ритмике» знаниями и умениями является необходимым условием успешной социализации обучающихся, формированием у них жизненных компетенций и творческого развития.

#### **Организация урока ритмики.**

Уроки лучше проводить в большом, просторном, хорошо проветренном, светлом помещении. Класс оборудован большими зеркалами, где дети могут смотреть, контролировать, сравнивать музыкально-ритмические движения учителя и свои танцевальные движения исправлять неточности и ошибки. Наблюдая за собой в зеркало, постоянно контролировать координацию движений, рук, ног, головы, тела в полный рост. Ковровые дорожки нужны для партерной гимнастики дети выполняют упражнения на релаксацию лёжа, сидя на полу, движения и упражнения лёжа то на спине, то на животе, то на боку и т.д.

Одежда детей должна быть удобной, не стесняющей их движения и не вызывающей перегрева, желательно, чтобы обуви на ногах не было, если позволяет помещение т.е. если на полу покрытие. Либо обувь спортивная кеды, чешки.

Перед занятием подготовить необходимый реквизит массажные мячи, обручи, флажки, музыкально- шумовые инструменты, платочки, и т.д. Подготовить DVD диски для просмотра, аудио кассеты для прослушивания.

Детям, которым противопоказаны резкие, сложные движения, могут исполнять в играх посильные для них роли, не требующие активных действий (например, роль садовника в игре «Садовник и зоопарк»).

#### **Уроки коррекционной ритмики имеют следующую структуру.**

Урок ритмики может состоять из 4-х частей. В зависимости от возраста, диагноза

учащегося, продолжительность урока колеблется от 35 до 40 минут в первом классе до 35-минут в остальных классах.

**1-я вводная часть** - двигательная разминка (4 - 5 минут) включает в себя разминку в виде различных видов ходьбы, перестроений и бега в различных направлениях под музыку.

**2-я основная часть** (20 - 22 минут) состоит из упражнений на развитие и коррекцию основных видов движений, серии движений, музыкально-ритмических движений (1), развитие психических функций и компонентов деятельности, совершенствование психомоторики (2), на развитие способности ориентироваться в пространстве (3), на развитие эмоционально-волевой сферы и компонентов личности (4). Кроме того, по необходимости, в основную часть включают игры различной подвижности.

**3-я часть** (5-10 минут) игра на музыкально –шумовых инструментах.

**4-я заключительная часть** - 5 - 8 минут. Включает в себя подвижную или речевую игру (зависит от двигательной нагрузки основной части) и обязательную релаксационную фазу.

### 3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа по учебному предмету коррекционно-развивающей области: «Ритмика» 3 класс входит в образовательную область обязательной части учебного плана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В соответствии с планом АООП и годовым календарным графиком КОУ «Нововаршавская школа-интернат» на 2023-2024 учебный год, программа для 3 класса рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

Согласно производственного календаря количество часов составило 32 часа.

Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в I четверти	Кол-во часов в II четверти	Кол-во часов в III четверти	Кол-во часов в IV четверти	Кол-во часов за год
1	8	8	8	8	32

#### 4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Освоение обучающимися предмета «Ритмика», предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных*.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит *личностным* результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 14) проявление готовности к самостоятельной жизни

### 3 класс Предметные результаты

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
1. Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения три колонны, шеренги; 2. Соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах; 3. Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой; 4. Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с мало контрастными построениями; 5. Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д., передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; 6. Повторять любой ритм, заданный учителем; 7. Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).	1. Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыкального движения; 2. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; 3. Легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения; 4. Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастным построением.

Система оценки достижения обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы, предметные результаты освоения учебного предмета коррекционного курса. Для оценки сформированности каждого действия можно использовать, например, следующую систему оценки:

0 баллов — действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл — смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла — преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла — способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла — способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

#### Диагностика уровня усвоения предметных результатов коррекционного курса «Ритмика»

Предметные результаты обучающихся 1 класса на уроках ритмики  
(индивидуально на каждого)

#### 3 класс

№	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
---	--------------	-------	---------------------

<i>п.п.</i>			
<b>1</b>	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> - знать и понимать направления движения, знать особенности перестроений в разные фигуры;</p> <p><b>2 уровень</b> - соблюдать правильную дистанцию в колонне по три, в концентрических кругах; рассчитывать на первый, второй, третий для построения в колонну;</p> <p><b>3 уровень</b> - ориентироваться в пространстве зала и любого другого помещения;</p>
<b>2</b>	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать особенности выполнения упражнений для основных групп мышц;</p> <p><b>2 уровень</b> – принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;</p> <p><b>3 уровень</b> – самостоятельно выполнять требуемые упражнения; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</p>
<b>3</b>	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать понятие «ритм», иметь представление о частях музыкального произведения;</p> <p><b>2 уровень</b> – ощущать смену частей музыкального произведения; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;</p> <p><b>3 уровень</b> – уметь четко и быстро скоординировать свои движения под любую, даже не знакомую музыку;</p>
<b>4</b>	Игры под музыку.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать и повторять текст считалок и танцевальных игр;</p> <p><b>2 уровень</b> – повторять ритм, заданный учителем, задавать ритм самим;</p> <p><b>3 уровень</b> – легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые движения;</p>
<b>5</b>	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать названия танцевальных элементов и комбинаций;</p> <p><b>2 уровень</b> – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;</p> <p><b>3 уровень</b> – приобретение опыта публичного выступления;</p>

## 5. Содержание учебного предмета

Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять разнообразные упражнения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданным направлением, перестроение с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», движение к определённой цели между предметами) осуществляется развитие представлений обучающихся о пространстве и умении ориентироваться в нём.

Упражнения с предметами развивают ловкость. Быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умению ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движения рук. Этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать характер музыки (весёлая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве», «Ритмико-гимнастические упражнения», «Упражнения с детскими музыкальными инструментами», «Игры под музыку», «Танцевальные упражнения».

### 1. **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.

### 2. **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.

### 3. **Координация движений, регулируемых музыкой**

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

### 4. **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. Игра «Зайцы и лиса», «Лошадки». Изменение направления и формы ходьбы, бега, в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игровое подпрыгивание – тяжелым, комичным и т. д.). Игра «Медвежата», «Карусель». Подпрыгивания на двух ногах. Прямой галоп.

### 5. **Танцевальные упражнения**

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определён их объём, а также указаны знания и умения, которым должны овладеть учащиеся. Занимаясь

конкретным видом музыкально-ритмической деятельности. На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел, различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение. Также содержание разделов рабочей программы повторяется в каждой четверти.

## 6. Тематическое планирование, «Ритмика», 3 класс

№ уро ка	Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся	К- вочас овпо плану
<b>1-я четверть (8 ч)</b>			
1	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности на уроке ритмики. Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, перестроение в 1 и 2 шеренги. Разучивание музыкально-ритмической игры «Прык-скок».	1
2	Танец «Дружба». Перестроения в круг, из круга	Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Разучивание ритмического рисунка хлопки. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайныка».	1
3	Танец «Дружба». Танец в парах	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. Разучивание игры «Иголочка и ниточка»	1
4	Ковбойский танец. Подскоки	Перестроение из колонны в большой круг. Перестроение из большого круга в два маленьких круга и наоборот. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Логоритмическая разминка «Скачите весело друзья»	1
5-6	Ковбойский танец. Построения в колонны	Перестроение из колонны в две шеренги, выполнение упражнения «воротца» в парах рука поднята вверх и держатся друг за друга. Разучивание музыкально-ритмической игры «Золотые ворота»	2
7-8	Танец «Каблучки». ритмы	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звёздочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота». Разучивание ритмов	2
Итого 1-я четверть:			8
<b>2-я четверть (8 ч)</b>			
1-2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Перекрестное поднятие и опускание рук. Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для головы, плеч, рук, ног, поясничного отдела наклоны влево, вправо, повороты корпуса влево, вправо. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайныка».	2
3-5	Эстрадная разминка. Координация движений	Движения кистей рук в разных направлениях. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и	3

	под музыку	обратно, с одной ноги на другую (маятник). Закрепление музыкально-ритмической разминки. Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	
6-7	Игры под музыку с пением	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений «Мишка с куклой пляшут польку»	2
8	Инсценировка игры под музыку «Как у наших у ворот»	Разучивание и закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Повторить музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут польку»	1
Итого 2-я четверть:			8
<b>3 четверть (8 ч)</b>			
1-2	Танцевальные упражнения. «Ковырялочка»	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.	2
3-4	Упражнения на ориентирование в пространстве. Виды ходьбы	Направления движений вперед, назад, направо, налево. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений. Повторить музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут полечку»	2
5-6	Упражнения с предметами под музыку	Перестроение в две, три шеренги. Перестроение из большого круга в два в три круга и наоборот. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Выполнение логоритмических упражнений. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений. Упражнения с султанчиками	2
7-8	Игры с пением. Обобщающий урок	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером	2

		музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений	
Итого 3-я четверть			8
<b>4 четверть (8 ч)</b>			
1-2	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Галоп	Разучивание музыкально-ритмической разминки «Стирка» Наклоны и повороты туловища. Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения стопой.	2
3-4	Музыкальные игры с предметами	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры с мячом. Под музыку мяч в сторону вправо и влево, переключать мяч из одной руки в другую. Поднимать мяч вверх двумя руками вставая на сочки удерживая равновесие. Разучивание музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	2
5-6	Игра на музыкальных предметах под музыку	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры и музыкальные упражнения с обручами. Повторение и закрепление музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	2
7-8	«Полька». Итоговый урок	Элементы русской пляски: ковырялочка, притопы. Положение рук в русском танце. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.	2
Итого 4-я четверть:			8
Итого за год:			32

## 7. Описание материально - технического обеспечения образовательного процесса

### Нормативно-правовая база

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ от 5.12. 2022 № 1063 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115»;
- Приказ от 24.12.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Инструктивное письмо Министерства общего и профессионального образования РФ № 48 от 04.09.1997 «О специфике деятельности специальных (коррекционных образовательных учреждений I-VIII видов)»;
- Инструктивное письмо Минобрнауки РФ от 26 декабря 2000 года № 3 «О дополнении инструктивного письма Минобрнауки России от 04.09.1997 №48»;
- Письмо Министерства образования РФ № 27//582-6 от 10.06.1999 «Рекомендации по социально-трудовой адаптации выпускников специальных (коррекционных образовательных учреждений VIII вида)»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ № 120 ФЗ (ст. 18) от 24.06. 1999 «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Письмо Минобрнауки РФ № 29/1448-6 от 14.03.2001 «Рекомендации о порядке проведения экзаменов по трудовому обучению выпускников специальных коррекционных образовательных учреждений VIII вида)»;
- Базисный учебный план специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида (Приложение к приказу МО РФ от 10.04.2002 № 29/2065-п);
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № АФ-150/06 от 18.04. 2008 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;
- СанПиН № 2.3/2.4.3590-20, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Устав казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Нововаршавская адаптивная школа-интернат».

### Учебно-практическое оборудование

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
Оборудование класса	Большие зеркала
	Ковровые дорожки (дети ложатся, садятся во время релаксации, партерной гимнастики)
Гимнастические предметы	Обручи
	Мячи массажные
Предметы для уроков	Султанчики, платочки, ленточки, палочки
Детские музыкальные инструменты:	Металлофон, ксилофон, барабан, бубен
	Стол для учителя
	Стул для учителя
	Парты ученические
	Стулья ученические
	Экран проекционный
	Доска для записи
	Персональный компьютер
	Медиапроектор
	Акустическая система
Шумовые инструменты	Для детей трещотки, деревянные ложки, погремушки-маракасы

## 8.Список литературы

Для учителя:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида.

Подготовительный, 1-4 классы./Под ред. В.В. Воронковой. Допущено МО и науки РФ.- М.: Просвещение, 2006 г.

Ритмика 2 класс Г.Франио, 1990 г.

М.А. Касицина, И.Г. Бородина. Коррекционная ритмика. – М., 2007г.

Н.Г. Кононова. Коррекция нарушенных функций у детей с церебральным параличом средствами музыки. – М., 2008 г.

Котышева Е.Н. Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями. Санкт – Петербург 2010.

Медведева Е. А., Левченко И. Ю., Комисарова Л. Н., Добровольская Т. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений – М., 2001.

Для детей

Видео диски для просмотров танцев и костюмов.

Диски для аэробики и разминки.

Рекомендуемые сайты:

1. [www.edu.ru/](http://www.edu.ru/) Российское образование федеральный портал

2. <http://www.fipi.ru> Федеральный институт педагогических измерений.

3. <http://ps.1september.ru> Газета «Первое сентября»

Источник: <http://depositfiles.com/files/vpcbi64e5>

## Календарно-тематическое планирование «Ритмика», 3 класс

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся	К-вочасов по плану	Дата по плану	Дата по факту
<b>1-я четверть (8 ч)</b>					
1	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности на уроке ритмики. Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, перестроение в 1 и 2 шеренги. Разучивание музыкально-ритмической игры «Прык-скок».	1	01.09	
2	Танец «Дружба». Перестроения в круг, из круга	Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Разучивание ритмического рисунка хлопки. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Заинька».	1	08.09	
3	Танец «Дружба». Танец в парах	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. Разучивание игры «Иголочка и ниточка»	1	15.09	
4	Ковбойский танец. Подскоки	Перестроение из колонны в большой круг. Перестроение из большого круга в два маленьких круга и наоборот. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Логоритмическая разминка «Скачите весело друзья»	1	22.09	
5-6	Ковбойский танец. Построения в колонны	Перестроение из колонны в две шеренги, выполнение упражнения «воротца» в парах рука поднята вверх и держатся друг за друга. Разучивание музыкально-ритмической игры «Золотые ворота»	2	29.09 06.10	
7-8	Танец «Каблучки». ритмы	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звёздочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота». Разучивание ритмов	2	13.10 20.10	
Итого 1-я четверть:			8		
<b>2-я четверть (8 ч)</b>					

1-2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Перекрестное поднимание и опускание рук. Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для головы, плеч, рук, ног, поясничного отдела наклоны влево, вправо, повороты корпуса влево, вправо. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Заинька».	2	03.11 10.11	
3-5	Эстрадная разминка. Координация движений под музыку	Движения кистей рук в разных направлениях. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Закрепление музыкально-ритмической разминки. Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	3	17.11 24.11 01.12	
6-7	Игры под музыку с пением	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений «Мишка с куклой пляшут польку»	2	08.12 15.12	
8	Инсценировка игры под музыку «Как у наших у ворот»	Разучивание и закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Повторить музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут польку»	1	22.12	
Итого 2-я четверть:			8		
<b>3-я четверть (8 ч)</b>					
1-2	Танцевальные упражнения. «Ковырялочка»	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Знать и правильно	2	12.01 19.01	

		исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.			
3-4	Упражнения на ориентирование в пространстве. Виды ходьбы	Направления движений вперед, назад, направо, налево. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений. Повторить музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут полечку»	2	26.01 02.02	
5-6	Упражнения с предметами под музыку	Перестроение в две, три шеренги. Перестроение из большого круга в два в три круга и наоборот. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Выполнение логоритмических упражнений. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений. Упражнения с султанчиками	2	09.02 16.02	
7-8	Игры с пением. Обобщающий урок	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений	2	01.03 15.03	
Итого 3-я четверть			8		
<b>4-я четверть (8 ч)</b>					
1-2	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Галоп	Разучивание музыкально-ритмической разминки «Стирка» Наклоны и повороты туловища. Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъем вытянуть. Круговые движения стопой.	2	29.03 05.04	
3-4	Музыкальные игры с предметами	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры с мячом. Под музыку мяч в сторону вправо и влево, переключать мяч из одной руки в другую. Поднимать мяч вверх двумя руками вставая на сочки удерживая равновесие. Разучивание музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	2	12.04 19.04	
5-6	Игра на музыкальных предметах под музыку	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры и музыкальные упражнения с обручами. Повторение и	2	26.04 03.05	

		закрепление музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».			
7-8	«Полька». Итоговый урок	Элементы русской пляски: ковырялочка, притопы. Положение рук в русском танце. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.	2	17.05 24.05	
Итого 4-я четверть:			8		
Итого за год:			32		