

Тамбовское областное государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
«Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»

Рассмотрена и рекомендована  
к утверждению Педагогическим советом  
Протокол от 27.08.2024 № 1

Утверждена  
приказом от 02.09.2024 № 209-о

**Рабочая программа  
по предмету  
«Коррекционные курсы»  
(ритмика)  
для обучающихся 6 класса  
с расстройствами аутистического спектра  
с умственной отсталостью  
(вариант 1)**

**Составитель:**  
учитель Михеева И.А.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями (далее – Стандарт), с учетом адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра с УО (далее – АООП образования обучающихся с РАС с УО) ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения».

Курс «Ритмика» входит в коррекционно-развивающую область учебного плана.

Преподавание ритмики в коррекционном образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Занятия ритмикой должны быть направлены на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепления здоровья и выработку жизненно необходимых умений и навыков. Выраженные нарушения моторики, в частности зрительно-двигательной координации, которые прямым образом отражаются на возможностях и результатах деятельности детей, требуют проведения игр и упражнений, направленных на коррекцию этих нарушений. На занятиях по ритмике развиваются координация движений, общая, мелкая моторики. Обучающиеся учатся видеть красивое, эмоционально воспринимать его. Благоприятно на них воздействует музыка (грустная, веселая). На занятиях ритмикой развивается и познавательный интерес детей. Умело подобранные упражнения, элементы танца, игры воспитывают у них правильное отношение к окружающему миру, расширяют представление о различных явлениях природы.

Ритмика – это вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ. Занятия ритмикой включают в себя элементы танца, художественной гимнастики, лечебной физкультуры и общей физической подготовки, а также элементы пластики, сюжетно-игровые занятия. В программу включены упражнения, способствующие развитию слуха и музыкальных способностей, логопедические упражнения и упражнения, помогающие решить часть проблем опорно-двигательного аппарата. Занятия ритмикой способствуют развитию основных психологических функций детей (память, внимание, мышление, речь и воображение) и создают ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, даёт детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию.

Подход к каждому ребенку состоит в том, чтобы помочь раскрыть его творческие таланты, научить общаться, выражать себя, чувствовать себя уверенно в жизни, повысить способность адаптации к различным жизненным изменениям. Так же, занятия помогают выработать естественную грацию

движений, гибкость, ловкость, пластичность и координацию, способность выражать чувства и эмоции через танец. В процессе обучающиеся также учатся правильно воспринимать и чувствовать музыку. Танцевальные движения способствуют развитию фантазии детей и способности к импровизации.

### **Цель курса:**

необходимость осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- формирование временных, пространственных представлений, исправление недостатков физического развития;
- развитие познавательной деятельности и общего развития обучающихся.

#### **Личностные:**

- воспитание положительных качеств личности: настойчивость, самостоятельность, любознательность, дисциплинированность, дружелюбие, коллективизм;
- воспитание единого комплекса физических и духовных качеств;
- обучение танцевальному этикету и формированию умений переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- творческое развитие, воспитание культуры эмоций.

#### **Коррекционные:**

- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки обучающихся, укрепление мышечного корсета средствами классического, народного, воспитать культуру движения;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

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

## **Нормативная база**

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;
3. Учебным планом;
4. Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
5. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Минпросвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. №1026.

## **Сведения о примерной программе**

Рабочая программа составлена на основе примерной программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. — М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАД ОС, 2011.

Учебником курс «Ритмика» не обеспечен.

## **Обоснование выбора программы**

Программа под ред. В.В. Воронковой «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5-9 классы» выбрана в соответствии с федеральным компонентом Государственного образовательного стандарта, примерной программы основного общего образования по ритмике, рекомендована Департаментом образовательных программ и стандартов общего образования Министерства образования РФ в полном объеме соответствует образовательным целям школы-интерната.

Программа построена с учётом принципов системности, научности, доступности и преемственности; способствует формированию ключевых компетенций, обучающихся; обеспечивает условия для реализации практической направленности, учитывает возрастную психологию обучающихся, имеющих умственную отсталость.

## **Внесённые изменения**

Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения календарного учебного графика, сроков каникул, выпадение уроков на праздничные дни и дни здоровья. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление пройденного материала.

С учетом данных особенностей детей с РАС с УО (вариант 1) в рабочую программу внесены некоторые изменения.

Тема «Подвижные музыкально- ритмические и речевые игры», вызывающая трудности в усвоении, дается ознакомительно.

## **Место и роль учебного предмета**

Согласно учебному плану всего на изучение учебного предмета «Коррекционные курсы (ритмика)» в 6 классе выделяется 1 час в неделю, 34 часа в год.

## **Формы организации образовательного процесса**

Основной формой обучения является урок. Виды уроков различны.

- Урок сообщения новых знаний (урок первоначального изучения материала);
- урок формирования и закрепления знаний и умений (практический урок)
- урок обобщения и систематизации знаний (повторительно-обобщающий урок)
- комбинированный урок.

Применяются фрагменты кино (видео,DVD),музыкальные фрагменты. Использование разнообразных форм обучения позволяет более эффективно развивать интерес у обучающихся к природоведению.

## **Технологии обучения**

Исходя из уровня подготовки обучающихся, используются следующие технологии:

- коррекционно - развивающего обучения;
- дифференцированного и индивидуального обучения;
- здоровьесберегающие технологии;

- игровые.

Учебные игры – эффективное средство активизации познавательной деятельности обучающихся. В процессе игры постоянно создаются ситуации, требующие немедленного самостоятельного решения, инициативы, развития мышления.

### **Механизмы формирования ключевых компетенций обучающихся**

- Ценностно - смысловые;
- общекультурные;
- учебно - познавательные;
- информационные;
- коммуникативные;
- социально - трудовые.

### **Виды и формы контроля**

Основными видами и формами контроля обучающихся являются: устные, выполнения заданий на соответствие.

### **Планируемый уровень подготовки обучающихся**

В соответствии с требованиями к результатам освоения АООП образования обучающихся с РАС с УО федерального государственного образовательного стандарта обучение на уроках по курсу «Ритмика» направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

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 РАС с УО.

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

Планируемые результаты изучения предмета «Ритмика» разработаны в соответствии с особенностями структуры и содержания данного курса.

#### **Личностные результаты:**

- 1) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

- 2) овладение социальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- 2) развитие чувства уважения к учителю и ученикам класса;
- 3) владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- 3) развитие мотивации к обучению;
- 6) развитие положительных свойств и качеств личности;
- 7) готовность к вхождению обучающегося в социальную среду.

**Предметными результатами по ритмике являются:**

**Минимальный уровень**

- формирование первоначальных представлений о значении урока «Ритмики» для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации.

**Достаточный уровень**

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.).

**Информация об используемом учебнике**

Учебником курс «Ритмика» не обеспечен.

**Содержание рабочей программы**

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ-4 часа.**

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

**РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ – 9 часов.**

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

### **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ – 9 часов.**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

### **ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ- 7 часов.**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен. Игры под музыку

### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ-5 часов.**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке.



Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

### **Учебно-тематический план**

<b>Темы</b>	<b>Количество часов</b>
Упражнения на ориентировку в пространстве.	4
Ритмико-гимнастические упражнения.	9
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	9
Музыкальные игры	7
Танцевальные упражнения.	5
<b>Итого:</b>	<b>34 часа</b>

### **Требования к уровню подготовки обучающихся**

В соответствии с требованиями Стандарта оценка образовательных достижений обучающихся 6 класса по курсу «Ритмика» определяется двумя уровнями овладения личностных и предметных результатов:

#### **Личностные результаты**

- 1) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 2) овладение социальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- 2) развитие чувства уважения к учителю и ученикам класса;
- 3) владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- 3) развитие мотивации к обучению;
- б) развитие положительных свойств и качеств личности;
- 7) готовность к вхождению обучающегося в социальную среду.

#### **Предметные результаты**

##### **Минимальный уровень**

##### **Обучающиеся должны знать:**

- правила поведения на уроках ритмики;
- понятия: музыка, громко-тихо, медленно-быстро, круг, хоровод,

- элементы изученных плясовых и игровых упражнений.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить шагом, не мешая друг другу;
- выполнять несложные движения руками и ногами;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

### **Достаточный уровень**

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.).

### **Литература и средства обучения**

1. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В Воронковой. Москва «Владос», 2011 г.

### **Дополнительная учебная литература**

1. Кузнецова О.Л. «Психологические аспекты физической реабилитации детей с нарушениями опорно- двигательного аппарата» Абакан Издательство Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова 2004 г.
2. . Чибрикова-Луговская А.Е. «Ритмика» Москва «Дрофа» 2001 г.
3. Галеева О.А. Авторская педагогическая разработка (адаптационная программа) «Ритмическая гимнастика для учащихся 5-9 классов» г.Усть-Илимск 2014 год..
4. Васильева Т.к. Секрет танца.- М.-2008
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- Л.: Искусство 2009г.