

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Свердловской области**

**ОМС Управление образованием ПМО**

**МБОУ ПМО СО "Средняя общеобразовательная школа №14"**

Принято  
на заседании  
педагогического совета  
«28» августа 2025 г.  
Протокол № 18

Утверждено  
приказом директора  
МБОУ ПМО СО «СОШ № 14»  
от 28 августа 2025 г. №319-Д

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по Ритмике**

**1 «А», 2 «А», 3 «А», 4 «А» класс**

**(АООП ОУО)**

**Составитель:**

**Казакова Е. В.**

**учитель первой квалификационной категории**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа коррекционного курса "Ритмика" для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана в соответствии с требованиями:

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ (с изменениями)
2. Федеральный государственный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 (с изменениями)
3. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
4. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) МБОУ ПМО СО «СОШ № 14» (АООП ОУО)
5. Рабочая программа воспитания МБОУ ПМО СО «СОШ №14»
6. Устав МБОУ ПМО СО «СОШ № 14»
7. Иные действующие нормативные документы в области образования

Рабочая программа коррекционного курса "Ритмика" для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Цель реализации рабочей программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) - создание условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

Достижение поставленной цели при разработке и реализации образовательной организацией АООП предусматривает решение следующих основных задач:

овладение обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) учебной деятельностью, обеспечивающей формирование жизненных компетенций;

формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности (нравственно-эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное, физическое), в соответствии с принятыми в семье и обществе духовнонравственными и социокультурными ценностями;

достижение планируемых результатов освоения рабочей программы образования обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей;

выявление и развитие возможностей и способностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), через организацию их общественно полезной деятельности, проведения спортивно-оздоровительной работы, организацию художественного творчества с использованием системы клубов, секций, студий и кружков (включая организационные формы на основе сетевого взаимодействия), проведении спортивных, творческих соревнований;

участие педагогических работников, обучающихся, их родителей (законных представителей) и общественности в проектировании и развитии внутришкольной социальной среды.

**Целью коррекционного курса по ритмике является формирование движений, свойственных ритмике; развитие культуры движений под музыку; способность к импровизации и творчеству.**

**Задачи:**

- Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях
- Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).
- Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.
- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.
- Развивать координацию движений.
- Развивать умение слушать музыку.
- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.
- Развивать творческие способности личности.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

**Ориентиром современного национального воспитательного идеала** является высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях многонационального народа России. К базовым ценностям нашего общества относятся семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек.

Исходя из этого воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях формулируется общая цель воспитания в МБОУ ПМО СО «СОШ №14» – личностное развитие школьников, проявляющееся:

- 1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);
- 2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);
- 3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Данная цель ориентирует педагогов не на обеспечение соответствия личности ребенка единому стандарту, а на обеспечение позитивной динамики развития его личности.

Конкретизация общей цели воспитания применительно к возрастным особенностям школьников позволяет выделить в ней следующие целевые приоритеты, соответствующие трем уровням общего образования:

В воспитании детей младшего школьного возраста (уровень начального общего образования) целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

Выделение данного приоритета связано с особенностями детей младшего школьного возраста: с их потребностью самоутвердиться в своем новом социальном статусе - статусе школьника, то есть научиться соответствовать предъявляемым к носителям данного статуса нормам и принятым традициям поведения. Такого рода нормы и традиции задаются в школе педагогами и воспринимаются детьми именно как нормы и традиции поведения школьника. Знание их станет базой для развития социально значимых отношений школьников и накопления ими опыта осуществления социально значимых дел и в дальнейшем, в подростковом и юношеском возрасте. К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;
- знать и любить свою Родину — свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);

- проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
- быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Знание младшим школьником данных социальных норм и традиций, понимание важности следования им имеет особое значение для ребенка этого возраста, поскольку облегчает его вхождение в широкий социальный мир, в открывающуюся ему систему общественных отношений.

### **Общая характеристика учебного предмета**

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) курс «Ритмика» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

У детей с легкой умственной отсталостью наблюдается резкое снижение внимания к музыкальному звучанию, недостаточность эмоциональной отзывчивости на музыку (остаются безучастными к звучанию и спокойных

лирических мелодий, и плясовой, и маршевой музыки). Детям свойственны неадекватные эмоциональные проявления при восприятии различных характерных пьес и песен, что связано с общим нарушением эмоционально-волевой сферы, слабостью интереса к окружающим предметам и явлениям вообще.

У детей с легкой умственной отсталостью нарушены двигательные функции, общая и речевая моторика. Для возбудимых детей характерно двигательное беспокойство, нетерпеливость, отвлекаемость, эмоциональная возбудимость и неустойчивость, а заторможенным свойственны вялость, адинамичность, бедность движений. Наиболее адекватным методом коррекции различных психомоторных нарушений у детей с умственной отсталостью является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма как их стержня.

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.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

***Совершенствование движений и сенсомоторного развития:*** развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики.

***Коррекция отдельных сторон психической деятельности:***

коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений;

коррекция – развитие двигательной памяти;

коррекция – развитие внимания;

формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);

развитие пространственных представлений и ориентации;

развитие представлений о времени.

***Развитие различных видов мышления:***

развитие наглядно-образного мышления;

развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

***Развитие основных мыслительных операций:***

развитие умения сравнивать, анализировать;

развитие умения выделять сходство и различие понятий.

***Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:***

развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца;

формирование умения преодолевать трудности;

воспитание самостоятельности принятия решения;

формирование устойчивой и адекватной самооценки;

формирование умения анализировать свою деятельность.

**Коррекция – развитие речи:** развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

## **Содержание курса.**

### **Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.**

- 1.1. Правильное исходное положение.
- 1.2. Ходьба и бег по ориентирам.
- 1.3. Построение и перестроение.
- 1.4. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.

### **Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.**

- 2.1. Общеразвивающие упражнения.
- 2.2. Упражнения на координацию движений.
- 2.3. Упражнения на расслабление мышц.

### **Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

- 3.1. Упражнения для кистей рук.
- 3.2. Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах.
- 3.3. Игра на музыкальных (детских) инструментах.

### **Раздел 4. Музыкальные игры.**

- 4.1. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки.
- 4.2. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретным образам).
- 4.3. Музыкальные игры с предметами.
- 4.4. Игры с пением или речевым сопровождением.

### **Раздел 5. Танцевальные упражнения.**

- 5.1. Знакомство с танцевальными движениями.
- 5.2. Разучивание детских танцев.

## **Планируемые результаты освоения коррекционного курса**

В результате изучения курса «Ритмика» должны быть достигнуты определенные результаты:

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) **личностные результаты** освоения АООП должны отражать:

- Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю.
- Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.
- Принимать участие в творческой жизни коллектива.

**Предметные результаты** должны отражать:

*Минимальный уровень:*

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;

*Достаточный уровень:*

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

### Тематическое планирование коррекционно-развивающего курса «Ритмика» 1 класс

| № п/п | Раздел. Тема.                                                      | Кол-во часов<br>33 | Основные виды учебной деятельности обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------|--------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Раздел 1. <u>Упражнения на ориентировку в пространстве.</u>        | 7                  | Занимает правильное исходное положение по словесной инструкции. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен.<br>Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.<br>Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.<br>Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.                                                                                                      |
| 2     | Раздел 2. <u>Ритмико-гимнастические упражнения.</u>                | 6                  | Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»).<br>Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).<br>Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).<br>Выставляя правую и левую ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. |
| 3     | Раздел 3. <u>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</u> | 7                  | Выполняет поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.<br>Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.                                                                                                                                                                                                                                             |
| 4     | Раздел 4. <u>Музыкальные игры.</u>                                 | 7                  | Различает характер музыки.<br>Передает ритмом, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|   |                                           |   |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---|-------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                           |   | Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).<br>Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.                                                                                      |
| 5 | Раздел 5. <u>Танцевальные упражнения.</u> | 6 | Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя.<br>Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ноги с носка на пятку. |

## 2-4 класс

| № п/п | Раздел. Тема.                                                      | Кол-во часов<br>34 | Основные виды учебной деятельности обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------|--------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Раздел 1. <u>Упражнения на ориентировку в пространстве.</u>        | 7                  | Занимает правильное исходное положение по словесной инструкции. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен.<br>Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.<br>Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.<br>Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.                                                                                                       |
| 2     | Раздел 2. <u>Ритмико-гимнастические упражнения.</u>                | 8                  | Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»).<br>Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).<br>Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).<br>Выставляет правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. |
| 3     | Раздел 3. <u>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</u> | 7                  | Выполняет поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.<br>Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.                                                                                                                                                                                                                                              |
| 4     | Раздел 4. <u>Музыкальные игры.</u>                                 | 7                  | Различает характер музыки.<br>Передает притопами, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке.<br>Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).                                                                                                                                                                            |

|   |                                    |   |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---|------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                    |   | Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.                                                                                                                                                                                                                           |
| 5 | Раздел 5. Танцевальные упражнения. | 5 | Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя.<br>Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ноги с носка на пятку. |

### Список литературы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
2. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) МБОУ ПМО СО «СОШ № 14» (АООП ОУО)
4. Рабочая программа воспитания МБОУ ПМО СО «СОШ №14»

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658558

Владелец Харланов Игорь Анатольевич

Действителен с 10.01.2025 по 10.01.2026