

Областное казенное общеобразовательное учреждение «Тёткинская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

**«Рассмотрена и
принята»**

на заседании
педагогического совета
Протокол № 6
от 30.05.2025 г.

«Согласовано»

Зам. директора по УР



/Сергиенко Н.И.

«Утверждаю»

Директор ОКОУ «Тёткинская
школа-интернат»

 Бабкина Н.Н.
Приказ №9/1 от 18.07.2025 г.



**Рабочая программа коррекционного курса
«Ритмика»**

Учитель: Руппель Е.С.

Класс: 6А

Всего часов в год: 34

Всего часов в неделю: 1

Срок реализации: 1 год

пгт. Тёткино, 2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 6а классе, разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа учебного предмета разработана на основе следующих документов:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г № 273 ФЗ.
2. Приказ Министерства образования РФ № 1599 от 19.12.2014г. «Об утверждении ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями»;
3. Приказ Министерства просвещения № 1026 от 24.11.2022 г. «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
4. Приказ министерства просвещения РФ от 21 сентября 2021 г. №858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников» с изменениями, внесенными приказом Минпросвещения России от 21 февраля 2024г. №119;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
7. АООП УО (вариант 1) ОКОУ «Тёткинская школа-интернат»;
8. Учебный план АООП УО (вариант 1) V-IX классов на 2025-2026 учебный год ОКОУ «Тёткинская школа-интернат»;
9. Положение об адаптированной рабочей программе учебного предмета ОКОУ «Тёткинская школа-интернат».

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «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.

Цели и задачи:

Цель – формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих задач:

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально-ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- приобщение к музыке, восприятие, различие и понимание специфических средств музыкального «языка»: высота звука, динамика, темп;

- усвоение несложных музыкальных форм, развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Обучение в школе-интернате имеет коррекционно-развивающий характер и направлено на преодоление отклонений в физическом развитии, познавательной деятельности, на восстановление, формирование и развитие двигательных функций воспитанников. Организация учебного процесса предполагает применение специальных методов и приемов обучения и воспитания. Специальные коррекционные задачи в значительной степени определяют содержание обучения.

Учитывая психофизические особенности и особенности познавательной сферы учащихся, дополнительно поставлены следующие коррекционные задачи:

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти;
- развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве;
- развитие мелкой моторики;
- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела;
- развитие внимания;
- формирование положительной мотивации.

Общая характеристика курса «Ритмика».

Ритмика – гимнастические упражнения.

Тренинг проводится в начале занятия, являясь организующим моментом. Эти упражнения включают гимнастическую ходьбу, легкий бег. Сюда входят упражнения на укрепление мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, специальные упражнения для формирования рефлекса правильной осанки, исправления таких недостатков, как плоскостопие, косолапость, шаркающая походка и т.д..

В этот раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координации.

Пластический тренинг.

В этот раздел входят упражнения для развития гибкости и подвижности рук, ног, тела. Служат в качестве общего тренажа взамен резких тренирующих элементов. Пластический тренинг используется как метод релаксации, как одна из форм ЛФК.

Импровизация движения на музыкальные темы, игры под музыку

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа. Ритмическая игра всегда ставит какую-нибудь учебную задачу музыкального или организующего порядка – ориентировку в строении музыкального примера, концентрацию внимания, быструю реакцию на сигнал. Эти задачи обличены в игровую форму.

Ценностные ориентиры содержания курса «Ритмика».

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

Результаты освоения курса ритмики.

1. Двигательные.

В процессе освоения курса дети научатся:

- владеть основами базовых видов двигательных действий;
- развивать, разогревать, укреплять мышцы и связки;
- развивать координационные (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласование движений всех звеньев тела) способности;
- управлять своим телом, закреплять навык правильной осанки;
- владеть комплексами упражнений для развития гибкости и подвижности мышц и связок, суставов;
- владеть простейшими элементами танца;
- владеть умением выразительно передавать различные игровые образы, выполнять упражнения с предметами, придумывать варианты образных движений в играх;
- владеть техникой элементарной релаксации.

2. Социокультурные.

У детей будут сформированы и развиты:

- волевые и нравственные качества при подготовке публичных выступлений (концерты и праздники);
- представления о физической и эстетической культуре личности и приемах самоконтроля и самоанализа;
- лидерские качества;
- научатся управлять своими эмоциями, взаимодействовать со сверстниками, владеть культурой общения, быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

3. Учебно-познавательные.

Школьники научатся:

- действовать по образцу и по аналогии при выполнении упражнений;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в организации собственного досуга (моделировать танцевальные рисунки);
- анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное и урочное время под руководством учителя и самостоятельно;
- оценивать адекватно собственные физические и творческие возможности.

4. Компенсаторные.

В процессе занятий дети:

- разовьют умения в процессе двигательной активности выходить из затруднительного положения, вызванного психо-физическими нарушениями;
- освою индивидуальные комплексы упражнений лечебной и корригирующей гимнастики;
- научатся формировать положительные мотивации;
- научатся оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

Содержание курса «Ритмика».

Для каждого класса, с учетом возраста составлен календарно-тематический план.

Учебные и коррекционные задачи реализуются с учетом возраста, уровня восприятия учебного материала, уровня физических возможностей ребенка.

Данная рабочая программа рассчитана на 34 часа год (1 час в неделю)

Содержание тем учебного курса

№ п/п	Название темы	Количество часов
1	«Упражнения на ориентировку в пространстве»	7
2	«Ритмико-гимнастические упражнения»	7
3	«Упражнения с детскими музыкальными инструментами»	7

4	«Танцевальные упражнения»	6
5	«Игры по музыку»	7
	итого	34

Требования к уровню подготовки по ритмике

Учащиеся должны уметь:

Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

Различать двухчастную и трёхчастную форму в музыке;

Отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Чётко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время весёлой, задорной, пляски.

Различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Календарно-тематическое планирование 6а класс

1 четверть

№	Название темы	Дата	
		План.	Фактич.
1	Наклоны и повороты вперёд, назад, в стороны. «Сигнальщики»	02.09	
2	Круговые движения головы. Танцевальные движения «Часики»	09.09	
3	Построение в круг. Сужение, расширение круга.	16.09	
4	Игры с речевым сопровождением	23.09	
5	Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением	30.09	
6	Выполнение несложных упражнений на ксилофоне	07.10	
7	Составление несложных танцевальных композиций	14.10	
8	Упражнения на координацию движений. «Хлопки»	21.10	
9	Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов	28.10	

II четверть

1	Игры с пением и речевым сопровождением	18.11	
2	Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков на детских музыкальных инструментах	25.11	
3	Инсценировка песни «Снежная песенка»	02.12	
4	Движения парами, бег, ходьба, кружение.	09.12	
5	Ориентировка в направлении движений: вперёд, назад, направо, налево.	16.12	
6	Хороводы в кругу. Пляска с притопами, кружением, хлопками	23.12	

III четверть

1	Упражнения на расслабление мышц	13.01	
2	Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки	20.01	
3	Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки	27.01	

4	Танцевальные упражнения с платочками, шаг с притопом на месте и с продвижением	03.02	
5	Отстукивание, прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков	10.02	
6	Действия с воображаемыми предметами	17.02	
7	Придумывание вариантов к играм	03.03	
8	Придумывание вариантов к пляскам	10.03	
IV четверть			
1	Игры с пением и речевым сопровождением	31.03	
2	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков	07.04	
3	Танцевальное движение. Шаг кадрили.	14.04	
4	Инсценирование песен (по выбору детей)	21.04	
5	Составление несложных танцевальных композиций	28.04	
6	Исполнение различных ритмов на бубне	05.05	
7	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением	12.05	
8	Инсценирование музыкальных сказок.	19.05	
9	Урок-концерт	26.05	