

Департамент образования и науки Тюменской области

Отдел образования администрации Викуловского муниципального района

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Викуловская средняя общеобразовательная школа №1»

Рассмотрено  
на заседании ШМО  
учителей начальных  
классов  
/протокол № 1  
от 28.08.2023 года

Согласовано  
на заседании  
методического  
совета школы  
/протокол № 1  
от 29.08.2023 года

Утверждено  
приказом  
№ 205/1 -ОД  
от 30.08.2023 года

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА** **учебного предмета «Ритмика»**

для обучающихся с ОВЗ (*вариант 7.2*)

для 4 класса

на 2023 – 2024 учебный год

**Составитель: Лепехова Елена Павловна**

(ФИО учителя)

учитель начальных классов

(должность учителя)

с. Боково  
2023 год

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу ритмики предназначена для учащихся 4 класса легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). (вариант 1),

составлена на основе требований к личностным и предметным результатам освоения АООП обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

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

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков

физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально – волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности, эстетическому воспитанию.

**Цель:** исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности

### **Задачи:**

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей;
- развитие общей и речевой моторики;
- эмоционально-волевое развитие учащихся;
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

## 2. Общая характеристика учебного предмета «Ритмика»

Общая характеристика учебного предмета.

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

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности. Содержанием работы на уроках

ритмики является музыкально- ритмическая деятельность детей. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем. Упражнения с предметами развивают ловкость, быстроту реакции,

точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление

мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. 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». На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности.

### **3. Место учебного предмета «Ритмика» в учебном плане**

Учебный предмет «Ритмика» входит в *коррекционно-развивающую область*, на его изучение отводится 34 часа (по 1 часу в неделю, 34 рабочие недели) **после уроков во второй половине дня.**

### **4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета «Ритмика»**

### **5. Планируемые результаты освоения учебного предмета**

#### **«Ритмика» в 4 классе**

#### **Личностные учебные действия:**

осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;

способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию; целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;

самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

#### **Коммуникативные учебные действия:**

вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);

использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

обращаться за помощью и принимать помощь;

слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;

сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;

договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

#### **Регулятивные учебные действия:**

адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);

принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;

соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

#### **Познавательные учебные действия:**

наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей К познавательным учебным действиям относятся следующие умения:

выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

устанавливать видо-родовые отношения предметов;

делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;

пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;  
 читать; писать; выполнять действительности;  
 работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

**Планируемые предметные результаты:**

уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;  
 соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;  
 самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;  
 передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;  
 повторять любой ритм, заданный учителем;  
 задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

**Минимальный уровень:**

уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;  
 соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;  
 самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;  
 ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;  
 передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;

передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;  
 повторять любой ритм, заданный учителем;  
 задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

**Достаточный уровень:**

самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;  
 отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**6. Содержание учебного предмета «Ритмика»**

Тема, раздел	Содержание темы, раздела
«Ритмико-гимнастические упражнения»	<p>Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. 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 координацию движений. .</p> <p>Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.</p> <p>Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление</p>

	несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).
«Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами»	Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. 4 раздел: Игры под музыку. 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.
«Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»	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 concentрических кругов в звездочки 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.
«Народные пляски и современные танцевальные движения».	Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев. Танцы и пляски Круговой галоп. Кадриль. Русская народная мелодия. Бульба. Белорусская народная мелодия.

## 7. Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1.	Вводный	Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Бег. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.
2.	Разновидности ходьбы	Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.
3.	Танцевальный шаг на полупальцах.	Разновидности прыжков. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах (под музыку). Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.
4.	Перестроения	Разновидности прыжков (с изменением ритма музыки). Перестроение под музыку. ОРУ. Танцевальный шаг. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.
5.	Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.
6.	Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	Перекатывание, катание малого мяча, обруча с подбрасываниями и

		передачами в движении под изменяющийся темп музыки. ОРУ. Упражнение на релаксацию.
7.	Упражнения с препятствиями и на координацию движений	Перестроения. Разновидности ходьбы и с преодолением препятствий, изменением ритма движений. Чередование ходьбы и бега с перестроением под определенный темп музыкального сопровождения. Подвижная игра. Упражнения для развития гибкости и для укрепления мышц спины
8.	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	Упражнение в движении с гимнастическими палками, скакалками, обручем под изменяющийся темп музыки. Составление простых ритмических рисунков. Подвижная игра. Упр. для укрепления мышц пресса
9.	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах
10.	Вводный	Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Упр. развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упр. на развитие внимания
11.	Упражнения на внимание	Чередование ходьбы и бега с построениями под определенные доли музыкального произведения. Исполнение различных ритмов на барабане в медленном и быстром темпе. ОРУ. Подвижная игра. Имитационные упражнения
12.	Упражнение на расслабление мышц.	Чередование ходьбы и бега. Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Исполнение различных ритмов колокольчиками в медленном и быстром темпе. ОРУ. Танцевальные движения. Подвижная игра. Упр. на релаксацию
13.	Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	Основная стойка. Построения. Играть, отстукивать и отзванивать ритм мелодии. Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Подвижная игра. Упр. на релаксацию
14.	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Передача на различных инструментах основных ритмов знакомых песен. Упр. для формирования правильной осанки. Танец «Стукалка»
15.	Упражнение на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упр. с мячами. ОРУ в движении. Солирование с барабаном и с колокольчиками. Танец с колокольчиками. Упр. для развития координационных способностей

16.	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах
17.	Импровизация движений	Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. Упр. для развития быстроты реакции
18.	Упражнение в равновесии	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Стойка. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Подвижные игры. Упр. для развития игровой деятельности
19.	Индивидуальное творчество	Использование различных атрибутов, пособий для развития двигательной активности. ОРУ. Эстафеты со скакалками. Упр. для формирования правильной осанки
20.	Упражнения с гимнастическими палками, с обручем.	Чередование ходьбы и бега. Перестроение под музыку. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. ОРУ с гимнастическими палками и с обручами. Игра с пением. Упр. на развитие координационных способностей.
21.	Упражнения для развития ритма	Выполнение отсроченных движений. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. Подражательные движения. Сужение и расширение круга. ОРУ. Эстафета с обручами. Упр. для развития пластичности
22.	Упражнения на передачу движения и характера музыки	Ритмико-гимнастические упр. с мячами. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упр. для развития чувства ритма
23.	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	Ритмико-гимнастические упр. с флажками. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упр. для развития чувства ритма
24.	Упражнения на внимание	Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, учитывая характер музыки. Подражательные движения. ОРУ Музыкальная игра. Упражнение на расслабление
25.	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах
26.	Танцевальные упражнения	Танцевальные упражнения. ОРУ в движении. Подвижная игра. Упр. для развития чувства ритма
27.	Танцевальные движения	Знакомство с новыми элементами танца и движениями: присядка, полуприсядка на месте и с продвижением. ОРУ. Музыкальная игра. Упр. для укрепления свода стопы

28.	Соединение движения смюзкой	Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упр. для расслабления
29.	Упражнения на развитие танцевального творчества. Вальс.	Знакомство с новыми элементами танца: шаг вальса прямой и с поворотом. Упр. на развитие мелкой моторики рук, чувства ритма.
30-33	Элементы русских народных плясок	Танцевальные упр. «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Подвижные игры. Упр. На расслабление
34	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах

### 8. Материально-техническое обучение.

технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);  
музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры),  
детские музыкальные инструменты: флейта, колокольчик, треугольник, бубен, маракасы, свистульки, деревянные ложки;  
дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождевики, шары, обручи.

#### Методическая литература:

Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.  
Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва.,2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -4 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.  
Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно- методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.;«ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000  
Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г.Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затымина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.  
Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие.- М.: Издательство «Глобус», 2009