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

**отделение Викуловская специальная (коррекционная) школа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено на заседании ШМО учителей**  **начальных классов**  **протокол № 1**  **от 28.08.2025 года** | **Согласовано на заседании методического совета школы протокол № 1 от 29.08.25 года** | **Утверждено приказом**  **№\_212-ОД**  **от 29.08.2025года** |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по ритмике**

**для обучающихся с умственной отсталостью**

**(интеллектуальными нарушениями)**

**для 1 класса**

**Кривых С.В.**

(ФИО учителя)

**на 2025 – 2026 учебный год**

**с. Викулово   
 2026 год**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по ритмике предназначена для учащихся 1 класса с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). (вариант1), 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.

**Срок реализации**

Коррекционного курса «Ритмика» - 1 учебный год.

# Общая характеристика учебного предмета

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.

**Место учебного предмета в учебном плане.**

На реализацию коррекционного курса «Ритмика» в федеральном базисном учебном плане предусмотрено 34 часа (1час в неделю).

**Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

***Личностные результаты:***

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;

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) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

***Планируемые предметные результаты:***

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

Личностные учебные действия:

1. осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. 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;
3. целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
4. самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
5. 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:

1. всту­пать в контакт и работать в коллективе (учитель−ученик, ученик–уче­ник, ученик–класс, учитель−класс);
2. использовать принятые ритуалы со­ци­аль­ного взаимодействия с одноклассниками и учителем;
3. обращаться за по­мо­щью и при­нимать помощь;
4. слушать и понимать инструкцию к учебному за­да­нию в разных видах деятельности и быту;
5. сотрудничать с взрослыми и све­рстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, со­переживать, кон­с­т­ру­к­ти­в­но взаимодействовать с людьми;
6. договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

1. адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
2. при­нимать цели и произвольно включаться в деятельность, сле­до­вать предложенному плану и работать в общем темпе;
3. активно уча­с­т­во­вать в де­ятельности, контролировать и оценивать свои дей­с­т­вия и действия од­но­к­ла­с­сников;
4. 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:

1. наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей К познавательным учебным действиям относятся следующие умения:
2. выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых пред­метов;
3. устанавливать видо-родовые отношения предметов;
4. делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
5. пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
6. читать; писать; выполнять действительности;
7. 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).

Минимальный уровень:

* уметь рассчитываться 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;
* четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
* 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.

**Содержание учебного предмета**

1 раздел: Упражнения на ориентировку в пространстве:

Ходьба; чередование ходьбы с приседанием. Построение в колонны . Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами.

Учащиеся должны уметь:

рассчитываться на первый, второй для последующего построения в шеренги; соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах

2 раздел: Ритмико- гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения.Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений*.* Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Упражнения на расслабление мышц*.*). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Учащиеся должны уметь:

выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

3 раздел: Упражнения с детскими музыкальными инструментами:

Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

Учащиеся должны уметь:

ощущать смену частей музыкального произведения; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

4 раздел: Игры под музыку.

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

Учащиеся должны уметь:

легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения

5 Раздел Танцевальные упражнения. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

Танцы и пляски

Дружные тройки. Полька.

Пляска «Чеботуха». Танец с хлопками.

Учащиеся должны уметь:

самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п п** | **тема** | **количество**  **часов** |
| 1. | Совершенствование навыков ходьбы и бега.  Разведение рук в стороны, раскачивание перед собой.  ОРУ без предмета.  Круговые движения кистью (напряженное и свободное).  Игра «Попрыгунчики воробушки». | 1 |
| 2 . | Ходьба и бег в колонне.  ОРУ без предмета.  Одновременное сгибание и разгибание  Пальцев в кулак, в медленном темпе.  Имитационные упражнения.  Бодрый, спокойный шаг.  Игра «Салки». | 1 |
| 3. | Построение в шеренгу.  Выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!».  ОРУ с флажками.  Выполнение имитационных упражнений.  Игра «Гуси- лебеди», «У медведя во бору» | 1 |
| 4. | Ходьба и бег вдоль стен с четкими поворотами в углах.  ОРУ с флажками.  Наклоны и повороты головы вперед, назад.  Упражнения на координацию.  Высокий шаг.  Игра «Караси и щука», «Пустое место». | 1 |
| 5. | Ходьба и бег. Построение в шеренгу.  Выполнение команд.  Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени.  Ритмический рисунок в погремушку.  Высокий шаг.  Игра «Через кочки и пенечки». | 1 |
| 6 - 7 | Построение в шеренгу.  Ритмическая ходьба с коллективным подсчетом.  ОРУ с флажками.  Работа над ритмическим рисунком в погремушку «На болоте стоит пень...»  Игра «Лиса и куры» | 2 |
| 8 | Бег в чередовании с ходьбой.  Построение в цепочку и колонну.  Наклоны и повороты туловища.  Проговаривание потешки. Смотри ур.5.  Выполнение ритмических рисунков по заданию учителя.  Повторение изученных игр. | 1 |
| 9-10 | Строевая подготовка.  Построение в цепочку и круг.  ОРУ с лентами.  Разучивание песенки «цыпленок».  Игра «Охотники и утки» | 2 |
| 11 | Повторение изученных строевых приёмов.  Ходьба с коллективным подсчетом.  ОРУ с гимнастическими палками.  Танцевальная комбинация.  Танец «Росинки».  Игра «Мяч соседу». | 1 |
| 12 | Повторение изученных строевых приемов.  Ходьба широким свободным шагом с сохранением осанки.  ОРУ с гимнастическими палками.  Ритмические рисунки по заданию.  Танец «Росинки».  Игра «Мяч соседу». | 1 |
| 13-14 | Построение в колонну по два из колонны по одному.  Упражнения на равновесие.  Исполнение несложных ритмических рисунков.  Пляска «Полянка»,  Игра «Попади в мяч». | 1 |
| 15 -16 | Строевая подготовка. (см .урок 14).  ОРУ без предмета.  Имитационные упражнения.  Пляска «Полянка».  Исполнение ритмических рисунков.  Игра «Метко в цель». | 2 |
| 17 | Построение круга из шеренги.  Ходьба под музыку.  Стремительный танцевальный бег.  Исполнение ритмических рисунков ;проговаривание потешки.  Игра «У медведя во бору». | 1 |
| 18-19 | Строевая подготовка.  Упражнения на координацию.  ОРУ на расслабление мышц.  Проговаривание считалки.  Выполнение ритмических рисунков.  Танец с хлопками. | 2 |
| 20 -21 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий.  ОРУ с лентой.  Проговаривание считалки – урок 19.  Разучивание распевки «Песенка простая». | 2 |
| 22 | Выполнение команд.  Повороты на месте  Построение круга ранее изученным способом.  ОРУ без предмета.  Распевка «До, ре, ми, фа, соль, ля, си».  «Песенка простая».  Шаг с притопом на месте и с продвижением.  Игра «Гонка мячей по кругу». | 1 |
| 23 | Строевые приемы.  ОРУ без предмета.  Распевка в пределах 5 нот.  Танцевальная комбинация.  Игра «У медведя во бору». | 1 |
| 24- 25 | Имитационные упражнения во время ходьбы и бега. Шаг с поскоками, переменный шаг.  ОРУ с гимнастическими палками.  Распевка «Про Кирюшу».  Игра «Бег за флажками», «Кто быстрее». | 2 |
| 26 | Строевая подготовка.  Имитационные упражнения.  Распевка «Про Кирюшу» и отстукивание ритма в погремушку.  Танцевальная комбинация.  Игры – эстафеты.  Игры с метанием и ловлей. | 1 |
| 27- 28-29 | Упражнения с предметами: обегать, собирать, передавать друг другу.  Упражнения на координацию.  Игры с пением.  Игра «Охотники и утки». | 3 |
| 30 | Строевая подготовка.  ОРУ на координацию.  Повторить распевки: «песенка простая», «про Кирюшу».  Игра «Салки», «Карусели». | 1 |
| 31 | Строевая подготовка.  Танцевальная комбинация.  ОРУ с лентами.  Движение парами, ходьба с приседанием.  Игра «Волк во рву». | 1 |
| 32-33-34 | Строевая подготовка.  Танцевальная комбинация.  Игры с речевым сопровождением.  Подвижные игры на свежем воздухе.  «Кошка и мышки», «быстро по местам» | 3 |

**Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.**

* 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; дождики, шары, обручи.

**Методическая литература:**

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. 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.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
4. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затямина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
5. Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

**Дополнительная литература для учителя и учащихся:**

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика.-СПб.; ЛОИРО, 2000. – 220 с.
2. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2003.-224с.
3. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: 2000.-112 с.
4. Михайлова М. А., Горбина Е. В. Поём, играем, танцуем дома и в саду.- Ярославль: «Академия развития», 1998.-240с.