

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Управление образования Ирбейского района Красноярского края**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Маловская основная общеобразовательная школа**

**МБОУ Маловская ООШ**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании  
методического совета

Председатель

\_\_\_\_\_  
Андреева Л.В.  
Приказ № 03-02-96  
от «18» августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

С председателем  
родительского  
комитета

\_\_\_\_\_  
Зайцева Л.В.  
Приказ № 03-02-96  
от «18» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

\_\_\_\_\_  
Цаберт Ю.В.  
Приказ № 03-02- 96  
от «18» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 465680)

**учебного курса «Ритмика».**

**Коррекционно развивающиеся занятия с  
обучающимися ОВЗ (интеллектуальное нарушение)**

..

для обучающихся 6-7 классов

### **Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа по ритмике для 6, 7 класса оставлена на основе «Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида» под редакцией Воронковой В.В. (Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации, 2-е издание, 2006 год).

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) классе VIII вида 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 (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

#### **Место предмета в учебном плане:**

Занятия по данной программе проводятся в форме урока (40 мин). На изучение

предмета «Ритмика» отводится в 6 классе 34 часа (1 час в неделю); в 7 классе 34 часа (1 час в неделю). На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, только дифференцированный подход в обучении.

Программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний.

Программа определяет содержание предмета и учитывает особенности познавательной деятельности детей, обучающихся по программе VIII вида.

Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации. Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Поэтому особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных учащихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

#### **Цель программы обучения:**

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

использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

### **Задачи курса:**

- способствовать коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности
- ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;
- исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
- развивать у учащихся речь, художественный вкус,
- укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

*Физкультура.* Формирование и совершенствование двигательных умений, воспитание нравственных, морально-волевых качеств, настойчивости, смелости, навыков культурного поведения.

*Музыка и пение.* Умение слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивать способность переживать содержание музыкального образа. Движения под музыку оказывают не только коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создает благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Межпредметные связи в учебном процессе обеспечивают лучшее понимание школьниками изучаемого материала.

### **Содержание учебного предмета**

#### **6 класс (34 часов- 1 час в неделю)**

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

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, 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. Поочерёдные 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**

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**

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, малоcontrastных 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**

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.

## **Содержание учебного предмета**

### **7 класс (34 часа- 1 час в неделю)**

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

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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 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**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, 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. Поочерёдные 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, висющими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с

опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

## **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

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**

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.

## **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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.

### Календарно – тематическое планирование 6 класс (34 часов)

№	Тема	Кол-во часов	дата
1	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	
2	Специальные ритмические движения Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	2	
3	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	2	
4	Упражнения ритмической гимнастики 1.Без предметов. 2.Короткой скакалкой.	2	
5	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	2	
6	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни.	2	
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Чижи в клетке. 2.Кот и мыши.	2	
8	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой.	2	

	2.Гимнастической палкой.		
9	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	2	
10	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	2	
11	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Короткой скакалкой.	2	
12	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	2	
13	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Выставление ноги на носок.	2	
14	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	2	
15	Танцы. Круговой галоп.	2	
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Салки, руки на стену.	2	
17	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	2	
18	Итоговое занятие	1	



## Календарно – тематическое планирование 7 класс (68 часов)

№	Тема	Кол-во часов	дата	
1	Теоретические сведения.  Понятие о ритме движения и музыки.	1		
2	Специальные ритмические движения  Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	1		
3	Упражнения с мячом	1		
4	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1		
5	Марш по периметру зала	1		
6	Игра «Ищи игрушку»	1		
7	Ритмико-гимнастические упражнения	1		
8	Подвижные игры с мячом.	1		
9	Игра «Секретное задание».	1		
10	Игра «Я знаю пять названий».	1		
11	Ритмические упражнения с мячом.	1		
12	Ритмические упражнения со скакалкой.	1		
13	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1		
14	Инсценировка песни.	1		

15	Маршировка и пение.	1		
16	Отработка маршевого шага.	1		
17	Упражнения на координацию движений.	1		
18	Игра «Соседи».	1		
19	Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру».	1		
20	Игра «Я знаю пять названий».	1		
21	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Пустое место».	1		
22	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч»	1		
23	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Космонавты».	1		
24	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки».	1		
25	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Космонавты».	1		
26	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки»	1		
27	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.	1		

	«Лиса и куры».			
28	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.  «Вороны и воробьи».	1		
29	Танец. «Полька».	1		
30	Танец. «Полька». Подготовительные упражнения к танцам	1		
31	Подготовительные упражнения к танцам. Повторные три притопа. Вставание на полу пальцами.	1		
32	. Подготовительные упражнения к танцам Вставание на полу пальцами.	1		
33	Упражнения ритмической гимнастики.  Гимнастической палкой.	1		
34	Итоговое занятие	1		

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
"МАЛОВСКАЯ ОСНОВНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "МАЛОВСКАЯ ОСНОВНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"  
DN: c=RU, st=Красноярский край, street=Красноярский край, Ирбейский район, с. Маловка,  
ул. Школьная д. 24-а, l=с. Маловка, title=Директор, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "МАЛОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА", 1.2.643.100.1=120D31303232343030373738393530,  
1.2.643.100.3=120B3135373631363337313836, 1.2.643.100.4=120A32343136303034373835,  
1.2.643.3.131.1.1=120C323431363032303336323631, email=sisadminrono@irbruo.ru,  
givenName=Юлия Владимировна, sn=Цаберт, cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "МАЛОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА"  
Дата: 2023.08.18 16:20:05 +07'00'