



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ**  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ  
«СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА №25 г. Братска»  
665717 Иркутская обл., г. Братск, ж.р. Центральный, ул. Комсомольская 10в, тел/факс: 8(3953)41-39-17,  
E-mail: [format251@yandex.ru](mailto:format251@yandex.ru)

---

Рассмотрена и принята:  
на заседании МО  
учителей  
протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.

Согласована:  
Методическим советом  
протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.

Утверждена:  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ И.В. Трифонова  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.

Программа  
учебного предмета «Ритмика»  
1-4 класс 1 вариант  
(на срок реализации)

г. Братск

## Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» предназначена для обучающихся 1-4 классов с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), разработана на основе нормативно-правовых документов:

- 1. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. N 1599 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 3 февраля 2015 г., регистрационный N 35850).
- Адаптированная основная общеобразовательная программа ГОКУ СКШ №25 г. Братска.
- По действующему СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Положение о рабочей программе.

Реализует требования адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с ФГОС вариант 1.

Реализует требования адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с ФГОС вариант

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 (интеллектуальными нарушениями)

**Цель занятий** : развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки .

**Задачи обучения:**

- формирование временных, пространственных представлений, исправление недостатков физического развития;
- развитие познавательной деятельности и общего развития учащихся;
- воспитание положительных качеств личности, настойчивость, самостоятельность, любознательность, дисциплинированность, дружелюбие, коллективизм.

**Программа по ритмике рассчитана 1-4 класс** в год 34 ч. (1 ч. В неделю). В учебном плане представлена как коррекционно – развивающая область, входит во внеурочную деятельность. Занятия проходят в классно – урочной форме.

**Формы и методы:** учебные занятия, занятие – игра, репетиция, концерт.

### **Основные направления работы по ритмике:**

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами);
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

#### **Содержание учебного плана.**

- Содержание коррекционно-развивающей области для глухих, слабослышащих и позднооглохших, слепых и слабовидящих обучающихся, обучающихся с НОДА, РАС и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) поступивших на обучение со второго этапа реализации АООП, формируется на основе преемственности с коррекционными курсами на уровне начального общего образования.

- Содержание коррекционно-развивающей области для глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено следующими обязательными коррекционными курсами: "Развитие восприятия и воспроизведения устной речи" (индивидуальные занятия), "Социально-бытовая ориентировка" (фронтальные занятия), "Развитие познавательной сферы" (индивидуальные занятия).

- Содержание коррекционных курсов и задачи их реализации определяются образовательной организацией с учетом преемственности задач и достигнутых результатов реализации коррекционных курсов федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования (далее - ФАОП НОО) глухих обучающихся и слабослышащих, позднооглохших обучающихся.

- Содержание коррекционно-развивающей области для слепых обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено следующими обязательными коррекционными курсами: "Ритмика", "Сенсорное развитие", "Пространственная ориентировка", "Социально-бытовая ориентировка".

- Содержание коррекционных курсов и задачи их реализации определяются образовательной организацией с учетом преемственности задач

и достигнутых результатов реализации коррекционных курсов ФАОП НОО слепых обучающихся.

- Содержание коррекционно-развивающей области для слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено следующими обязательными коррекционными курсами: "Ритмика", "Сенсорное развитие", "Пространственная ориентировка", "Социально-бытовая ориентировка", "Коммуникативное развитие".

- Содержание коррекционных курсов и задачи их реализации определяются образовательной организацией с учетом преемственности задач и достигнутых результатов реализации коррекционных курсов ФАОП НОО для слабовидящих обучающихся.

- Содержание коррекционно-развивающей области для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено следующими обязательными коррекционными курсами: "Речевая практика", "Основы коммуникации", "Развитие деятельности по самообслуживанию", "Двигательная коррекция".

- Содержание коррекционных курсов и задачи их реализации определяются образовательной организацией с учетом преемственности задач и достигнутых результатов реализации коррекционных курсов ФАОП НОО обучающихся с НОДА.

- Содержание коррекционно-развивающей области для обучающихся с расстройствами аутистического спектра и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено следующими обязательными коррекционными курсами: "Формирование коммуникативного поведения" и "Социально-бытовая ориентировка".

- Содержание коррекционных курсов и задачи их реализации определяются образовательной организацией с учетом преемственности задач и достигнутых результатов реализации коррекционных курсов ФАОП НОО обучающихся с Р

### **Предметные результаты**

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности в том числе в ситуации столкновения интересов
- принимать правильное исходное положение ног в 1 позиции, руки на поясе;
- организованно строиться (быстро, точно) в линию, колонку, круг;
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- менять направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.

<b>1 класс</b>	
<b>Минимальный уровень</b>	<b>Достаточный уровень</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать правильное исходное положения ноги в 1 позиции, руки на поясе;</li> <li>- принимать правильное исходное положения ноги в 1 позиции, руки на поясе;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- различать темп, мелодии, название упражнений</li> <li>- знать названия движений и песен, используемых на уроках;</li> </ul>
<b>2 класс</b>	
<b>Минимальный уровень</b>	<b>Достаточный уровень</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать правильное исходное положения ноги в 1 позиции, руки на поясе;</li> <li>колонну, круг;</li> <li>- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- различать темп, ритмический рисунок, мелодии, название упражнений комплекса ОРУ;</li> <li>- знать названия движений и песен, используемых на уроках;</li> </ul>
<b>3-4 класс</b>	
<b>Минимальный уровень</b>	<b>Достаточный уровень</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</li> <li>- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</li> <li>- менять направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- различать темп, ритмический рисунок, мелодии, название упражнений комплекса ОРУ;</li> <li>- знать названия движений и песен, используемых на уроках;</li> <li>- самостоятельно выполнять элементы танца и движения.</li> </ul>


### Тематическое планирование 1-4 класс

№	Кол-во час	Направления
1	8	Ритмика –гимнастические упражнения
2	8	Двигательная гимнастика
3	9	Танцевальные упражнения
4	9	Игры под музыку
<b>Итого :</b>		<b>34час</b>

### Приложение

#### Учебно-тематическое планирование предмета «Ритмика» 1-2 классы

№	Кл-во час	Наименования и темы	Примечание /словарь
<b>Ритмика -гимнастические упражнения-4ч</b>			
1	1	Вводное занятие	Введение знакомство с предметом
2	1	Понятие о гимнастики.	Ритмичный шаг под музыку Разогрев под музыку.
3	1	Гимнастика под музыку	Тренировка слухового внимания
4	1	Пластика –гимнастика рук	Разогрев тренировка, определение характера музыкальных фраз и воплощение в движения
<b>Игры под музыку -3ч.</b>			

5	1	Гимнастика упражнения. Игра «Эстафета»	Разогрев под музыку. Тренировка слухового внимания. Закрепления навыка выразительно и ритмично двигаться
6	1	Гимнастика под музыку. Игра «Курочка»	Шагистика в различных ритмах и темпах. Закрепление комплекса упражнений
7	1	Гимнастика под музыку. Музыкальная игра «Трактор»	Работа над гибкостью суставов. Закрепление навыка выразительно и ритмично двигаться.
<b>Двигательная гимнастика -6ч.</b>			
8	1	Двигательная гимнастика .Пластика рук.	Закрепление навыка выразительно и ритмично выполнять упражнения. Разучить упражнения для рук.
9	1	Двигательная гимнастика. Пластика – гимнастика рук.	Закрепление комплекса упражнений пластики рук. Работа над гибкостью

			суставов.
<b>10</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика. Ритмика – шагистика. Пластика рук.	Шагистика в различных ритмах и темпах. Закрепление комплекса упражнений пластики рук. Самостоятельный выбор движений.
<b>11</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика. Ритмические рисунки. Пластика рук.	Хороводные шаги-разучить. Работа над гибкостью суставов.
<b>12</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика. Игры : изображение птиц.	Самостоятельный выбор движений.
<b>13</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика. Ритмические рисунки . Пластика рук	Разогрев ,тренировка мышц . Разучить и закрепит хороводные шаги.
<b>Игры под музыку-3ч.</b>			
<b>14</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика . Сюжетно – игровая игра «Зверобика»	Работа над точностью исполнения подражательных движений . Тренировка внимания.
<b>15</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика. Сюжетно – игровая игра «Паучки»	Работа над точностью исполнения подражательных движений . Тренировка внимания.
<b>16</b>	<b>1</b>	Общая разминка , пластика рук .Сюжетно – игровая игра «Солнышко»	Шагистика в различных ритмах и темпах. Закрепление комплекса упражнений пластики рук.
<b>Ритмика –гимнастика упражнения -2ч.</b>			



17	1	Ритмика -гимнастика . Наклоны туловища - повороты.	Разогрев, гибкость, подвижность суставов .Тренировка внимания.
18	1	Ритмика -гимнастика . Приседание .	Разогрев, гибкость, подвижность суставов .Тренировка внимания. Точность подражательных движений.
<b>Двигательная гимнастика -2ч</b>			
19	1	Двигательная гимнастика –упражнения прыжки «мячики»	Комплекс упражнений ,качество выполнения
20	1	Двигательная гимнастика.	Качественное выполнения движений.
<b>Танцевальные упражнения -5ч</b>			
21	1	Танцевальные упражнения. Бег под музыку	Разбор основных понятий выполнения комплекса «разогревающие» упражнения
22	1	Пластический тренинг.	Образность и точность исполнения
23	1	Этюд танец –«Делай как я!»	Качественное выполнения движений.
24	1	Упражнение этюд игра «Распашонка»	Закрепление умения ритмично двигаться . качество выполнения
25	1	Танцевальные упражнения подвижная игра «Танцуй как я»	Правильное исполнение всего

			комплекса упражнения Выделение музыкальных фраз хлопками и притопами
<b>Игры под музыку -3ч.</b>			
<b>26</b>	<b>1</b>	Ритмика –комплекс упражнений .Игра танец «Ленточки- шарики»	Навык танцевальной шагистики . Распознавание ритма.
<b>27</b>	<b>1</b>	Ритмика –комплекс упражнений .Игра танец «Море волнуется»	Умение начинать упражнение после музыкального вступления. Подвижность ног.
<b>28</b>	<b>1</b>	Ритмика –комплекс упражнений .Игра танец «Ёжик»	Закрепление нового материала
<b>Танцевальные упражнения -4ч.</b>			
<b>29</b>	<b>1</b>	Ходьба в ритмических рисунках Разучивание - танец этюд «Хоровод»	Темп мелодии – умение быстро реагировать на сигнал.
<b>30</b>	<b>1</b>	Ритмика шагистика . Пластика ног .Танец этюд «Гусиный шаг»	Темп мелодии – умение быстро реагировать на сигнал. Качество выполнения упражнений
<b>31</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика . Пластика ног. «Большая гармошка»- упражнение на силу ног.	разогрев ,гибкость, подвижность суставов. Тренировка внимания . Точность подражательных движений .
<b>32</b>	<b>1</b>	танцевальные упражнения .Ритмическая гимнастика. Танец игра «Верёвочка»	Тренировка внимания . Точность подражательных движений .
<b>Ритмика гимнастика -2ч</b>			

33	1	Гимнастические упражнения на укрепления спины.	Закрепление комплекса упражнений
34	1	Гимнастические упражнения –«растяжка»	Самостоятельный выбор комплекса упражнений .
<b>3-4 класс</b>			
<b>№</b>	<b>Кл-во час</b>	<b>Наименования и темы</b>	<b>Примечание /словарь</b>
<b>Ритмика -гимнастические упражнения-4ч</b>			
1	1	Вводное занятие	Введение знакомство с предметом
2	1	Понятие о гимнастики.	Ритмичный шаг под музыку Разогрев под музыку.
3	1	Гимнастика под музыку. Двигательная гимнастика на внимание.	Тренировка слухового внимания
4	1	Пластика –гимнастика рук. Ритмика –виды прыжков.	Разогрев тренировка, определение характера музыкальных фраз и воплощение в движения
<b>Игры под музыку -3ч.</b>			
5	1	Гимнастика упражнения. Игра «Море волнуется »	Разогрев под музыку. Тренировка слухового внимания. Закрепления

			навыка выразительно и ритмично двигаться
<b>6</b>	<b>1</b>	Гимнастика под музыку. Игра –этюд «Паровозик»	Шагистика в различных ритмах и темпах. Закрепление комплекса упражнений
<b>7</b>	<b>1</b>	Гимнастика под музыку. Ритмическая гимнастика Музыкальная игра «Метёлочка»	Работа над гибкостью суставов. Закрепление навыка выразительно и ритмично двигаться.
<b>Двигательная гимнастика -6ч.</b>			
<b>8</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика .Пластика рук. Ритмика –шагистика . Игра танец «галоп вперёд»	Закрепление навыка выразительно и ритмично выполнять упражнения. Разучить упражнения для рук. Тренировка внимания.
<b>9</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика. Пластика – гимнастика рук. Игра –танец тренировка «Боковой голоп»	Закрепление комплекса упражнений пластики рук. Работа над гибкостью суставов. Точность , тренировка наблюдательности.
<b>10</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика. Ритмика – шагистика. Пластика рук.	Шагистика в различных ритмах и темпах. Закрепление

			комплекса упражнений пластики рук. Самостоятельный выбор движений.
11	1	Двигательная гимнастика. Ритмические рисунки, ритмика шагистика. Пластика рук.	Хороводные шаги-разучить. Работа над гибкостью суставов. Уметь качественно выполнять ритмические и пластические задания .
12	1	Двигательная гимнастика. Игры : изображение птиц. Ритмические рисунки , Ритмические рисунки под музыку.	Самостоятельный выбор движений. Уметь качественно выполнять упражнение.
13	1	Двигательная гимнастика. Ритмические рисунки . Пластика рук. Игра тренировка «Боковой шаг»	Разогрев ,тренировка мышц . Разучить и закрепит хороводные шаги.
<b>Игры под музыку-3ч.</b>			
14	1	Двигательная гимнастика. Гимнастические упражнения под музыку. Сюжетно –игровая игра «Ладочки- раз»	Работа над точностью исполнения подражательных движений . Тренировка внимания.
15	1	Двигательная гимнастика. Сюжетно – игровая игра «Гусеница»	Работа над точностью исполнения подражательных движений . Тренировка внимания.
16	1	Общая разминка , пластика рук . Гимнастические упражнения . Сюжетно – игровая игра «Пойми меня»	Шагистика в различных ритмах и темпах. Закрепление комплекса

			упражнений пластики рук.
<b>Ритмика –гимнастика упражнения -2ч.</b>			
<b>17</b>	<b>1</b>	Ритмика -гимнастика . Наклоны туловища - повороты. Игра танец тренировка «Боковой глот»	Разогрев, гибкость, подвижность суставов .Тренировка внимания.
<b>18</b>	<b>1</b>	Ритмика -гимнастика . Приседание . «Большая гармошка»- упражнения на силу ног.	Разогрев, гибкость, подвижность суставов .Тренировка внимания. Точность подражательных движений.
<b>Двигательная гимнастика -2ч</b>			
<b>19</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика –упражнения прыжки «мячики- большой, маленький»	Комплекс упражнений ,качество выполнения. Умение начинать упражнение после музыкального вступления.
<b>20</b>	<b>1</b>	Двигательная гимнастика. Прыжки с выбрасыванием ног вперед	Качественное выполнения движений. Разучить прыжковой комплекс.
<b>Танцевальные упражнения -5ч</b>			
<b>21</b>	<b>1</b>	Танцевальные упражнения. Бег под музыку. Игра танец «Поскок».	Разбор основных понятий выполнения комплекса «разогревающие» упражнения. Навык танцевальной шагистики.
<b>22</b>	<b>1</b>	Пластический тренинг. Ритмика –	Образность и

		гимнастический комплекс.	точность исполнения. Закрепления умения двигаться .
23	1	Этюд танец –«Делай как я!»	Качественное выполнения движений.
24	1	Ритмика – гимнастика .Танцевальные упражнения. Упражнение этюд игра «Дорога добра»	Закрепление умения ритмично двигаться . качество выполнения движения.
25	1	Танцевальные упражнения подвижная игра «Танцуй как я!» «Делай как я».	Правильное исполнение всего комплекса упражнения Выделение музыкальных фраз хлопками и притопами
<b>Игры под музыку -3ч.</b>			
26	1	Ритмика –комплекс упражнений .Игра танец «Цветные дорожки»	Навык танцевальной шагистики . Распознавание ритма.
27	1	Ритмика –комплекс упражнений .Игра танец «Одуванчики».	Умение начинать упражнение после музыкального вступления. Подвижность ног.
28	1	Ритмика –комплекс упражнений .Игра танец «Козлики»	Закрепление нового материала .Выделение музыкальных фраз Фиксация внимания.
<b>Танцевальные упражнения -4ч.</b>			
29	1	Ходьба в ритмических рисунках Разучивание - танец этюд «Хороводная пляска»	Темп мелодии – умение быстро реагировать на сигнал.

			Распознавание ритма.
30	1	Ритмика шагистика . Пластика ног .Танец этюд «Танцуй замри»	Темп мелодии – умение быстро реагировать на сигнал. Качество выполнения упражнений .
31	1	Двигательная гимнастика . Пластика ног. «Ах- ложки мои ложки»- упражнение на силу ног.	разогрев ,гибкость, подвижность суставов. Тренировка внимания . Точность подражательных движений .
32	1	Танцевальные упражнения .Ритмическая гимнастика. Танец игра «Морячка»	Тренировка внимания . Точность подражательных движений .
<b>Ритмика гимнастика -2ч</b>			
33	1	Гимнастические упражнения на укрепления спины.	Закрепление комплекса упражнений
34	1	Гимнастические упражнения –«Матрёшки»	Самостоятельный выбор комплекса упражнений .

### **Материально-техническое обеспечение**

- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.