

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ШОЛОХОВСКИЙ РАЙОН**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МЕРКУЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
МБОУ "Меркуловская СОШ"**

РАССМОТРЕНА

Руководитель МО
естественно-
математического цикла

Е.Ю.Каюда
Протокол №1 от «24» 08
2026 г.

СОГЛАСОВАНА

Зам. директора по УР

Е.А.Димова
Протокол №1 от «24» 08
2026 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ
«Меркуловская СОШ»

С.С.Шапошникова
Приказ № 271 от «24» 08
2026 г.

по коррекционному курсу

«Ритмика»

Год обучения: 2026-2027
для 1 класса

Вариант 8.3

кол-во часов в неделю - 1; кол-во часов в год – 33

СОСТАВИЛ

Платон Анна Васильевна

х. Меркковский

2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся РАС с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (8.3), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059>) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей. Рабочая программа соответствует основным принципам государственной политики РФ в области образования, изложенным в Федеральном законе от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области, являясь обязательной частью внеурочной деятельности, поддерживает процесс освоения содержания ФАОП НОО обучающимися с РАС и легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). В соответствии с учебным планом рабочая программа курсу «Ритмика» в 1 классе рассчитана на 33 учебные недели и составляет 33 часа в год (1 часа в неделю).

Цель: обеспечение качества образовательного процесса через музыкально эстетическое развитие обучающихся, направленное на закрепление и совершенствование певческих, слуховых и ритмических навыков, получаемых на уроках музыки.

Задачи:

- формирование и развитие вокально– речевых и слуховых навыков;
- обучение основным ритмическим движениям;
- обучение элементарным танцевальным движениям;
- развитие восприятия музыкальных образов и выражение их в движении;
- обучение игре на простых детских музыкальных инструментах;
- развитие коммуникативных навыков путём выстраивания игрового или исполнительского ансамбля с учётом индивидуальных особенностей детей;
- развитие эмоционально– волевой сферы и познавательного интереса;
- воспитание чувства прекрасного путём приобщения к образцам музыкальной культуры.

I. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «РИТМИКА»

РАС, вариант 8.3. 1 класс

Диагностика.

Оценка коммуникативных, двигательных возможностей обучающихся.

Оценка слухоречевого восприятия, движений крупной, средней и мелкой моторики.

Оценка динамики развития навыков подражания действиям без предметов и с предметами, воспроизводить простые ритмы.

Упражнения на ориентировку в пространстве, танцевально-двигательные стереотипы:

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.

Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. 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.

Ритмико-гимнастические упражнения, партнерная гимнастика:

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы.

Упражнения на выработку осанки. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. 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).

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

Игры под музыку: Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения (элементы классического, народно - сценического, бального, современного танца):

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Танцы и пляски. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.

Особенности работы детьми с РАС

Индивидуализация. Программа учитывает особые образовательные потребности каждого ребёнка через дифференциацию заданий.

Поэтапность. Материал подаётся постепенно, с опорой на подражание и наглядность.

Коррекция поведения. Ритмика помогает смягчить поведенческие трудности, снизить эмоциональное напряжение.

Чередование нагрузки и отдыха. Это важно для сохранения работоспособности и предотвращения переутомления.

В программе предусмотрены следующие виды разделов:

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1.	Диагностика	2
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве, танцевально-двигательные стереотипы	5
3.	Ритмико-гимнастические упражнения, партерная гимнастика	7
4.	Игры под музыку	7
5.	Танцевальные упражнения (элементы классического, народно – сценического, бального, современного танца)	9
	Итого	30

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты:

Минимальный уровень результатов по предмету:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя; □ активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;

Достаточный уровень результатов по предмету:

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу;
- выполнять плясовые движения по показу учителя;
- организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя;
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

К концу учебного года в 1 классе учащиеся должны уметь:

- различать разнообразную по характеру и звучанию музыку;
- самостоятельно выполнять общеразвивающие движения под музыку по словесной инструкции учителя;
- участвовать в музыкальных коммуникативных играх;
- участвовать в общешкольных утренниках.

III. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА «РИТМИКА»

№ п/п	Дата	Кол-во часов	Дата проведения	ЭОР

1.	Диагностика	1	07.09	https://resh.edu.ru/
2.	Закрепление навыка построения в круг под музыку	1	14.09.	
3.	Выполнение движений вперед, назад, в круг, из круга	1	21. 09.	
4.	Правильное исходное положение	1	28.09	
5.	Выполнение движений в хороводе под спокойную музыку	1	05.10.	
6.	Развитие навыка быстрого шага по кругу со сменой направления	1	12. 10.	
7 .	Упражнение « Ставим ногу на пятку, на носок»	1	19. 10.	
8 .	Формирование навыка прислушиваться к звучанию музыкальных инструментов: выполнять ходьбу, бег ,марш под бубен	1	09.11.	
9.	Формирование навыка прислушиваться к звучанию музыкальных инструментов: выполнять ходьбу, бег, марш под треугольник	1	16.11.	
10.	Формирование у детей предпосылок к общению: ребенок стучит, другие слушают.	1	23.11.	
11 .	Легкий бег, поскоки по кругу, не держась за руки	1	30.11.	
12 .	Игры в кругу	1	07.12.	
13 .	Разучивание движений хоровода	1	14.12.	
14.	Разучивание движений хоровода	1	21.12.	
15 .	Разучивание движений хоровода	1	28.12.	
16 .	Выполнение ритмических	1	11.01.	

	движений в соответствии с различным характером музыки			
17 .	Выполнение ритмических движений в соответствии с различным характером музыки	1	18.01.	
18 .	Музыкальные игры в парах	1	25.01.	
19 .	Элементарные танцевальные движения	1	01.02.	
20 .	Хлопки в ладоши с полуприседанием	1	08.02	
21.	Прыжки в кругу	1	01.03.	
22.	Формирование навыка игры сильной доли в такте: двудольный размер с первой сильной долей	1	15.03.	
23.	Формирование навыка игры сильной доли в такте: четырехдольный размер с первой сильной долей	1	22.03.	
24 .	Формирование навыка игры равными длительностями: деревянные коробочки	1	05.04.	
25.	Формирование навыка игры равными длительностями: клавиесы	1	12.04.	
26.	Формирование навыка игры равными длительностями: металлофоны	1	19.04.	
27.	Выполнение общеразвивающих движений по показу или с помощью учителя	1	26.04.	
28 .	Музыкальные игры с предметами	1	17.04.	
29.	Выполнение танцевальных движений	1	24.05.	
30.	Диагностическое исследование	1	31.05.	
	Всего: 30 часов			

Методическая литература

1. Г. И. Анисимова Новые песенки для занятий в логопедическом саду. Санкт – Петербург «Каро»
2. И. Бодраченко Музыкальные игры в детском саду. Москва «Айрис пресс» 2009 г.
3. Е. Д. Макшанцева Детские забавы. Москва «Просвещение»
4. Ж. Металлиди, А. Перцовская Сольфеджио Учебное пособие для 1-го класса ДМШ. Издательство «Композитор – Санкт-Петербург»
5. Т. С. Овчинникова Логопедические распевки. Санкт – Петербург «Каро»
6. Е. Черенкова Оригинальные пальчиковые игры. Москва «Рипол классик»
7. Э. Финкельштейн Музыка от а до я. Издательство «Композитор - Санкт – Петербург»

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 312785006653143968851816314299382482766709872296

Владелец Шапошникова Светлана Сергеевна

Действителен с 06.08.2026 по 06.08.2027