

Министерство образования Свердловской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области, реализующее
адаптированные
основные общеобразовательные программы, «Центр «Дар»

«Утверждаю»
Директор ГБОУ «Центр «Дар»
Н.И.Шляпникова
Приказ № ____ от « ____ » _____ 20 ____ г

Рабочая программа
по двигательному развитию 1 «Б» класса
(АООП 2 вариант)
на 2025-2026уч. год

Составитель:
Пименова Ж.А.
Учитель начальных классов

Реж – 2025г.

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа коррекционного курса «Ритмика»

В рамках данного курса осуществляется коррекция моторной сферы младших школьников с ТМНР, что может способствовать как их познавательному развитию (в первую очередь совершенствованию регуляции деятельности), так и эстетическому развитию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца.

Общая цель занятий ритмикой заключается в развитии двигательной активности учащихся с ТМНР в процессе восприятия музыки.

Общие задачи коррекционного курса «Ритмика»:

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья. **Общая характеристика и коррекционно-развивающее значение курса «Ритмика»**

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корригируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании системы произвольной регуляции: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты (последовательность движений). Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень - ориентировки в схеме тела. Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Музыкальные произведения подбираются таким образом, чтобы оказывать дисциплинирующее и организующее воздействие. Характер произведений подбирается в зависимости от состава учащихся в конкретном классе, доминирующего эмоционального состояния детей.

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);
- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

- игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкальнодвигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);
- танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
- декламация песен под музыку (выразительная декламация песен под музыкальное сопровождение и управление педагога, воспроизведение ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.).

Тематическое планирование 1 класс (33 часа)

№	Тема урока	Кол-во часов
Ритмико-гимнастические упражнения(9ч)		
1	Основные движения под музыку 2/4, 4/4. Ходьба, прыжки, подскоки.	1
2	Движение под музыку в различном темпе.	1
3	Определение начала и окончания движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.	1
4	Передача в движении характера музыки, темпа, силы звучания строевым,	1

	мягким шагом, ходьбой на пятках, носках.	
5	Выполнение упражнений с предметами (обручем, мячом) под музыку.	1
6	Отражение в движении различного характера, темпа, динамики музыки.	1
7	Прыжки под музыку на месте и с продвижением вперед	1
8	Бросание, подбрасывание, ловля, катание, передача мяча	1
9	Выполнение общеразвивающих упражнений с мячом под музыку	1
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами(5ч)		
10	Знакомство со звучащими инструментами: бубен, ложки, погремушки	1
11	Передача сильных и слабых долей на инструменте	1
12	Повторение ритмического рисунка отстукиванием	1
13	Повторение ритмического рисунка на инструменте	1
14	Знакомство со звучащими инструментами: бубен, ложки, погремушки	1
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (7ч)		
15	Различные формы движений (взмах, прыжки) под музыку	1
16	Движение связности и плавности под музыку	1
17	Подражательные движения	1
18	Импровизация движений под музыку	1
19	Игры под музыку	1
20	Эстафеты с мячами, обручами, скакалками	1
21	Игры с пением	1
Народные пляски и современные танцевальные движения (12ч)		
22	Знакомство с элементами танца: простой(мягкий) шаг, перекатный шаг, шаг с высоким подниманием бедра	1
23	Мягкий бег, острый бег (с высоким подниманием бедра), пружинный бег	1
24	Пружинный шаг, скользящий шаг. Полуприседание	1
25	Шаг «носик-пятка». Подскок	1
26	Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед-назад	1

27	Повороты кистей. Плавное поднятие и опускание рук вперед, вверх, в сторону.	1
28	Бег на полупальцах. Притопы одной ногой с хлопками. Разучивание танца	1
29	Кружения: через правое плечо, парами на месте и на ходу. Разучивание танца	1
30	Приставной и переменные шаги вперед, в сторону, назад. Разучивание танца	1
31	Разучивание шагов галопа. Разучивание танца	1
32	Русский переменный шаг. Разучивание танца	1
33	Исполнение танца	1
Итого		33

Материально техническое обеспечение и литература

Гриненко М. Ф. «Целебная сила движений».

Крутецкий В. А. «Психология обучения и воспитания школьников», Москва, «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 2006.

Программа обучения учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью под редакцией Л. Б. Баряевой, Санкт-Петербург, 2011.

Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта», под редакцией И. М. Бгажнокова, Москва, 2012.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 162597629024552560771860534290451572951297962795

Владелец Шляпникова Надежда Ивановна

Действителен с 02.10.2024 по 02.10.2025