

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Пудовская средняя общеобразовательная школа»**

**Согласовано**

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_ Авдеенко И.С.

« 28 » 08 2024 \_\_\_\_ года.

**Утверждаю**

Директор школы

\_\_\_\_\_ Никитина О.В.

Приказ №81-ОД от 28.08.2024 года.



о=МБОУ "Пудовская  
СОШ", сн=Никитина  
Оксана Васильевна,  
email=sosh-  
pudovka@krivosheino.g  
ov70.ru  
2024.08.28 11:05:18  
+07'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по коррекционно-развивающему курсу**

**«Музыкально-ритмические занятия»»**

**для обучающегося 3 класса**

**с расстройствами аутистического спектра (РАС) (Вариант 8.2)**

Разработала: учитель начальных классов Казакова Г.А

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа курса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и адаптированной основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Пудовская СОШ»

Преподавание предмета ведётся по программе специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 3класс/ под ред. Бгажноковой – СПб: Просвещение, 2011 г. Программа утверждена Министерством образования и науки РФ.

Преподавание "Музыкально-ритмических занятий» обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с РАС средствами музыкально- ритмической деятельности.

### **Цели и задачи курса музыкально-ритмических занятий.**

Цель – формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Рабочая программа по курсу направлена на реализацию следующих задач:

- развитие умения слушать музыку;
- выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности; - овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально- ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Организация учебного процесса предполагает применение специальных методов и приемов обучения и воспитания. Специальные коррекционные задачи в значительной степени определяют содержание обучения.

Учитывая психофизические особенности и особенности познавательной сферы учащихся, дополнительно поставлены следующие коррекционные задачи:

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти; - развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве;
- развитие мелкой моторики;
- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела;
- развитие внимания;
- формирование положительной мотивации.

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 (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

### **Общая характеристика коррекционно-развивающей области «Музыкально-ритмические занятия»**

"Музыкально-ритмические занятия" - это специальные комплексные занятия, на которых средствами музыки и специальных физических и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движений, развиваются важные для школьной готовности такие личностные качества, как саморегуляции и произвольность движений и поведения. Занятия построены на сочетании музыки, движения, речи.

Содержанием работы на занятиях является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между

предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — 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. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ОВЗ часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

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

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить детей с ОВЗ согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В программу включена игра на детском пианино, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например, «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего

— с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные

особенности танцев разных национальностей.

### **3. Описание места курса в коррекционно-развивающей области**

"Музыкально-ритмические занятия» является частью, формируемой участниками образовательных отношений в коррекционно-развивающей области. В соответствии с базисным учебным планом в 1-4 классах на учебный курс "Музыкально-ритмических занятий» отводится 68 часов в год (два часа в неделю).

### **4. Личностные и предметные результаты освоения учебно-развивающей области**

#### **Личностные результаты освоения предмета**

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

#### **Предметные результаты освоения учебного предмета «Музыкально-ритмические занятия»**

##### **Обучающиеся должны уметь:**

-готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

-ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

-ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;

-ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

-соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

-выполнять игровые и плясовые движения;

-выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

### Обучающиеся должны знать:

достаточный уровень	минимальный уровень
<p>-ребенок самостоятельно находит свое место в строю;</p> <p>-принимает правильное положение;</p> <p>- умеет держать интервал;</p> <p>- четко выполняет инструкции педагога, выполнять несложные движения в соответствии с темпом, ритмом, динамикой музыкального произведения;</p> <p>-ребенок допускает ошибки, которые исправляет с помощью</p>	<p>-выполняет несложные движения вместе с педагогом;</p> <p>- не всегда находит место в строю;</p> <p>-не всегда держит дистанцию;</p> <p>- не соотносит свое положение по отношению к другим;</p> <p>- ребенок не ориентируется в пространстве;</p> <p>-не понимает инструкции педагога;</p> <p>- не успевает за темпом мелодии, ему требуется постоянная помощь.</p>

### Содержание коррекционно-развивающей области

#### 3 класс

Упражнения на ориентировку в пространстве

Введение. Что такое ритмика. Основные танцевальные правила. Приветствие.

Постановка корпуса.

Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.

Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга.

Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами. Ритмико-

гимнастические упражнения 1.1

Общеразвивающие упражнения.

Наклоны, повороты и круговые движения головы.

Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.

Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение.

Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.

Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

1.2. Упражнения на координацию движений.

Упражнения на сложную координацию движений с предметами.

Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.

Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

1.3. Упражнения на расслабление мышц.

Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц.

Поднятие рук вверх, вытягивание корпуса — стойка на полупальцах, Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.

Исполнение гаммы на детском пианино в пределах одной октавы. Разучивание несложных мелодий.

Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

Игры под музыку

Музыкальные игры с предметами.

Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца.

Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Смена ролей в импровизации.

Действия с воображаемыми предметами.

Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

Игра «Узнай по голосу»

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.

Итоговый урок.

Тематическое планирование «Музыкально-ритмические занятия»

№ п/п	Раздел Тема	Количество часов	Основное содержание
	<b>Раздел I Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	10	Содержание этого раздела составляют упражнения, помогающие обучающимся ориентироваться в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка. Построение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.
1	Введение. Что такое ритмика. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	2	
2	Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину	2	
3	Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга	2	
4	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг	2	
5	Выполнение движений с предметами	2	
	<b>Раздел II Ритмико-гимнастические упражнения</b>	26	Основное содержание этого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. Также в раздел входят задания на выработку координационных движений.
6	<i>1.1 Общеразвивающие упражнения.</i> Наклоны, повороты и круговые движения головы	2	

7	Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук	2	Основная цель данных упражнений – научить обучающихся согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмикогимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность
8	Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение	2	обучающимся отдохнуть от физической нагрузки.
9	Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни	2	
10	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону	2	
11	Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки	2	
12	1.2. Упражнения на координацию движений. Упражнения на сложную координацию движений с предметами	2	
13	Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков	2	
14	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков	2	
15	Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот	2	

16	<i>1.3. Упражнения на расслабление мышц.</i> Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц	2	
17	Поднятие рук вверх, вытягивание корпуса — стойка на полупальцах	2	
18	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону	2	
	<b>Раздел III</b> <b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	8	Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.
19	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками	2	Движение кистей рук в разных направлениях. Поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца
20	Исполнение гаммы на детском пианино в пределах одной октавы	2	остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук.
21	Разучивание несложных мелодий	2	Отстукивание простых ритмических рисунков на барабана двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них.
22	Исполнение различных ритмов на барабанах и бубне	2	
	<b>Раздел IV Игры под музыку</b>	12	Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить обучающихся создавать музыкально-двигательный образ. После того как обучающиеся научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен, а в дальнейшем и хорошо известных сказок. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным
23	Музыкальные игры с предметами	2	
24	Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца	2	

25	Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Смена ролей в импровизации	2	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
26	Действия с воображаемыми предметами	2	
27	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением	2	
28	Игра «Узнай по голосу»	2	спортивным; легкое подпрыгивание – тяжелым и т.д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах (повадки зверей и 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.
	<b>Раздел V</b> <b>Танцевальные упражнения</b>	12	Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев. Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерны особенности танцев разных национальностей Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп.
29	Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег	2	
30	Сильные поскоки, боковой галоп	2	
31	Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением	2	

32	Движения парами: боковой галоп, поскоки	2	Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек – движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.
33	Основные движения народных танцев	2	
34	Итоговый урок	2	

### 5. Описание материально-технического информационного обеспечение образовательного процесса

<http://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2013/10/25/muzykalno-ritmicheskie-uprazhneniya-programma>

<http://www.metod-kopilka.ru/rabochaya-programma-ritmika-60148.html>

1. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат» (М.: ТЦ Сфера, 2009)
2. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы» (М.: ВАКО, 2007)
3. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие» ( М.: МГИУ, 2008)
4. Зяткина Т.А., Стрепетова Л.В. «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие» (М.: Издательство «Глобус», 2009)
5. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (Волгоград: Учитель, 2008)
6. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы» (М.: ВАКО, 2009)
7. Школа развития. Детская аэробика: методика, базовые комплексы. «Феникс», Ростов на Дону, 2005г.