



**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга**

Московский пр., дом. 203, лит. А

Тел.: 417 32 10

**Обсуждена и согласована**

Председатель МО \_\_\_\_\_

« 26 » августа 2021 г.

**Обсуждена и согласована**

Заместитель директора по УР

О.А. Авдоница

« 27 » августа 2021 г.

**Принята педагогическим советом**

школы № 613

Протокол № 1 от

« 30 » августа 2021 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор школы № 613

О.Н. Рябова

Приказ № 55

« 01 » сентября 2021 г.

***РАБОЧАЯ ПРОГРАММА***

по предмету \_\_\_\_\_ ритмика \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ 5 «А» \_\_\_\_\_ КЛАССА  
\_\_\_\_\_ I \_\_\_\_\_ варианта обучения,

Составлена учителем: \_\_\_\_\_ Шишовой \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Зоей Васильевной \_\_\_\_\_  
(ФИО полностью)  
\_\_\_\_\_ высшей \_\_\_\_\_ квалификационной категории

Учебный год: 2021-2022  
Санкт – Петербург

## Пояснительная записка

### Нормативная основа программы

Программа разработана с учетом особенностей обучающихся с умственной отсталостью и сформирована в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 (далее – ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями);
- Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 28-09-2020 года N 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Постановления главного государственного санитарного врача РФ № 2 от 28-01-2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" вступает в силу с 01.03.2021 года;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 (приказ вступает в силу с 01.09.2021 и действует до 01.09.2027);
- Приказа «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования», утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 года N 254;
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (Протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);
- Распоряжения Комитета по образованию от 12-04-2021 № 1013-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2021/2022 учебном году»;
- Инструктивно–методическим письмом КО СПб «О формировании учебных планов образовательных учреждений Санкт-Петербурга, осуществляющих обучение по адаптированным основным общеобразовательным программам, на 2021/2022 учебный год» № 03-48-4760/21\03 от 03-06-2021 г.;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга.

## **Учет особенностей учащихся 5 «А» класса**

Дети с умственной отсталостью наряду с основным диагнозом имеют много различных сопутствующих заболеваний, таких как различные нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной, эндокринной систем. Наблюдаются различные нарушения опорно-двигательного аппарата, мышечная слабость, или наоборот наличие спастичности, отставание в росте; неточность основных движений в пространстве и времени, отсутствие ловкости и плавности движений, излишняя скованность и напряженность.

## **Общая характеристика учебного предмета**

Преподавание ритмики в коррекционной школе 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 умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

## **Цели и задачи обучения предмету «Ритмика»**

Цели: развитие и коррекция недостатков физического и психического развития умственно отсталых школьников средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

1. Научить детей слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения.
2. Способствовать коррекции внимания, запоминанию условий выполнения упражнений через ритмическую структуру музыки, ее динамическую окрашенность, темповые изменения.
3. Ориентироваться в пространстве.
4. Способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения.
5. Способствовать формированию позитивного восприятия мира.
6. Развивать эмоциональную отзывчивость через упражнения с детскими музыкальными инструментами и через движения под музыку.

## **Количество учебных часов**

Программа рассчитана на 1 час в неделю (согласно учебному плану). При 34 учебных неделях общее количество часов на изучение предмета «Ритмика» в 5 классе составит 34 часа.

- 1 четверть – 8 часов
- 2 четверть – 7 часов
- 3 четверть – 11 часов
- 4 четверть – 8 часов

## **Учебно-методический комплекс**

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1-4 классы / [А.А.Айдарбекова, В.М.Белов, В.В.Воронкова и др.]. – 8-е изд., – М.: Просвещение, 2013.

## **Планируемые результаты при изучении предмета «Ритмика»**

| Достаточный уровень   | Минимальный уровень  |
|---|--|
| <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;</li> <li>• соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;</li> <li>• самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</li> <li>• передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.:</li> <li>• передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;</li> <li>• повторять любой ритм, заданный учителем;</li> <li>• задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами)</li> </ul> | <p>требования 1-ого уровня с учетом индивидуальных возможностей учащихся</p> |

### Содержание учебного предмета

| № | Содержание                                | Форма организаци и занятий | Основные виды учебной деятельности  |
|---|---|----------------------------|---|
| 1 | Упражнения на ориентировку в пространстве | классно-урочная            | Слушание объяснений учителя; наблюдение за показом учителя; выполнение физических и танцевальных упражнений |
| 2 | Музыкально-ритмические упражнения         |                            |   |
| 3 | Игры под музыку                           |                            |   |
| 4 | Танцевальные упражнения                   |                            |   |

### Календарно-тематическое планирование

| № урока    | Тема урока  | Дата проведения урока |             |
|------------|---|-----------------------|-------------|
|            |   | планируемая           | фактическая |
| I четверть |   |                       |             |
| 1-2        | Упражнения на ориентировку в пространстве: построение и перестроение; повороты к ориентирам без контроля зрения; ходьба с изменением направления; движения рук в разных направлениях до определенной высоты | 01.09.21              |             |
|            |   | 08.09.21              |             |
| 3-4        | Упражнения на ориентировку в пространстве: выполнение упражнений по инструкции учителя с закрытыми глазами; движение в колонне с изменением   | 15.09.21              |             |
|            |   | 22.09.21              |             |

|              |   |          |  |
|--------------|---|----------|--|
|              | направления по ориентирам; правильное удерживание мяча и переключивание из руки в руку; подбрасывание мяча вверх, удары мячом об пол  |          |  |
| 5-6          | Упражнения на ориентировку в пространстве: броски мяча в стену правой, левой рукой и ловля его обеими руками; попеременная ловля мяча одной рукой   | 29.09.21 |  |
|              |   | 06.10.21 |  |
| 7-8          | Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук. Наклоны, повороты туловища вправо, влево в сочетании с движениями рук. Приседания с опорой и без опоры. опускание на колено в повороте головы. Упражнения для стоп «Маятник» | 13.10.21 |  |
|              |   | 20.11.21 |  |
| II четверть  |   |          |  |
| 9-10         | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на дыхание. Тренировка дыхания: вдох носом, выдох ртом в различных исходных положениях. Дыхание во время ходьбы и бега, проговорить звуки на выдохе: ж-ж-ж (жук), у-у-у (гудок), чу-чу-чу (паровоз), ши-ши-ши (вагон)   | 10.11.21 |  |
|              |   | 17.11.21 |  |
| 11-12        | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на формирование правильной осанки. Ходьба на носках, руки за головой, на голове, за спиной, вверх, в стороны  | 24.11.21 |  |
|              |   | 01.12.21 |  |
| 13-14        | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на укрепление мышц туловища. Наклоны и повороты туловища с движениями рук. Упор присев, приседы с различным положением рук, ног. Махи ногой с движениями рук, с хлопками, с касанием носков ног и пола  | 08.12.21 |  |
|              |   | 15.12.21 |  |
| 15           | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию. Тренировка статического и динамического равновесия без предметов и с предметами   | 22.12.21 |  |
| III четверть |   |          |  |
| 16           | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию. Тренировка статического и динамического равновесия без предметов и с предметами   | 12.01.22 |  |
| 17-18        | Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление. Чередование усиленного сжимания мышц рук и ног с последующим расслаблением и потряхиванием конечностями  | 19.01.22 |  |
|              |   | 26.01.22 |  |
| 19-20        | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Подготовительные упражнения для кистей и пальцев рук  | 02.02.22 |  |
|              |   | 09.02.22 |  |
| 21-22        | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно  | 16.02.22 |  |
|              |   | 23.02.22 |  |
| 23-24        | Упражнения с детскими музыкальными инструментами.   | 02.03.22 |  |

|             |   |          |  |
|-------------|---|----------|--|
|             | Исполнение различных ритмов на бубне  | 09.03.22 |  |
| 25-26       | Игры под музыку. Изменение направления и формы ходьбы и бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке   | 16.03.22 |  |
|             |   | 23.03.22 |  |
| IV четверть |   |          |  |
| 27-28       | Игры под музыку. 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 | 06.04.22 |  |
|             |   | 13.04.22 |  |
| 29-30       | Игры под музыку. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. игры с пением или речевым сопровождением  | 20.04.22 |  |
|             |   | 27.04.22 |  |
| 31-32       | Танцевальные движения. Элементы русской пляски: хоровод, притопы. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками   | 04.05.22 |  |
|             |   | 11.05.22 |  |
| 33-34       | Танцевальные движения. Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная песня   | 18.05.22 |  |
|             |   | 25.05.22 |  |

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова  
 Ольга Николаевна, Директор  
 10.11.2021 13:32 (MSK), Сертификат № 24A43C6F12ED88B2C9047E8978C07DE72AA18B27