



**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 Кукул Ф.С.

«26» августа 2026 г.

Обсуждена и согласована
Заместитель директора по УР
О.А. Авдонина

«27» августа 2026 г.

Принята педагогическим советом
школы № 613
Протокол № 1 от
«31» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы № 613
О.Н. Рябова

Приказ № 143
«31» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО РИТМИКЕ
3А КЛАССА
1-го варианта обучения
(адаптированная для учащихся с интеллектуальными
нарушениями)

Составлена учителем: Шуклиным Александром Евгеньевичем
Первой квалификационной категории

Учебный год: 2026-2027
Санкт-Петербург

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

Пояснительная записка к рабочей программе по курсу «Ритмика» 3 А класс

1.1. Учебный план – документ, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности и формы промежуточной аттестации обучающихся.

1.2. Учебный план ГБОУ школа № 613, реализующий адаптированную основную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью, разработан с учетом особенностей обучающихся с умственной отсталостью:

I вариант – для обучающихся с легкой умственной отсталостью.

Учебный план разработан с учетом особенностей обучающихся с умственной отсталостью и сформирован 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);
- Постановлением 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 молодежи»,
- Постановлением 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.
- 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;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью интеллектуальными нарушениями (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.07.2024 № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы МинПросвещения РФ, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ»;
- Решением педагогического совета ГБОУ школа № 613, Протокол № 3 от 29-12-2021;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ школа № 613;
- Учебным планом ГБОУ школы №613 Московского района Санкт-Петербурга на 2026-2027 учебный год.

Цель

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- развитие умения слушать музыку;
- выполнение под музыку различных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа;
- коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- развитие двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формирование правильной осанки;
- формирование эстетического вкуса.
- развитие навыков участия в коллективной творческой деятельности.

Количество часов

Программа рассчитана на 1 час в неделю (согласно учебному плану). При 34 учебных неделях общее количество часов на изучение ритмики в 3 классе составит 34 часа.

1 четверть – 8 часов

2 четверть – 8 часов

3 четверть – 11 часов

4 четверть – 7 часов

Содержание:

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность обучающихся с нарушениями интеллекта. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

- совершенствование движений и сенсомоторного развития (развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики);
- коррекция отдельных сторон психической деятельности (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);
- развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);
- развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать,

- умения выделять сходство и различие понятий);
- коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирования умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);
- развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Содержание разделов

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Контрольные работы
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	4	-
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	13	-
3.	Упражнения с музыкальными инструментами	3	-
4.	Игры под музыку	8	-
5.	Танцевальные упражнения	6	-
Итого:		34	-

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

персональная идентичность

- осознание себя как обучающегося, как члена семьи, одноклассника, друга;
- формирование мотивации к обучению и познанию;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- формирование самостоятельности при выполнении учебных заданий, поручений;
- понимание личной ответственности за свои поступки;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в процессе выполнения совместной учебной деятельности.

Предметные:

Минимальный уровень

Должны:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малокоонтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- выполнять несложные движения и упражнения вместе с педагогом
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Достаточный уровень

Должны:

- самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Примерные планируемые результаты формирования БУД (базовых учебных действий):

Личностные учебные действия:

Осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

Коммуникативные учебные действия обеспечивают способность вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

Познавательные учебные действия представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;

- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

Система оценки достижения обучающихся

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- ☐ 0 баллов – нет фиксируемой динамики;
- ☐ 1 балл – минимальная динамика;
- ☐ 2 балла - удовлетворительная динамика;
- ☐ 3 балла – значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие формы контроля:

Стартовый контроль (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Текущий контроль (контрольная диагностика):

- прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

Текущий контроль (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Итоговый контроль (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями.)

Материально техническое обеспечение: Зал, музыкальные инструменты, наглядные и технические средства обучения

**Календарно-тематическое планирование по ритмике
на 2026-2027 учебный год
3 А класс**

№ п/п	№ уро ка	Тема урока	Дата план	Дата факт	Примеча ние
I четверть (8 ч)					
1	1	Инструктаж по ОТ и ТБ. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием			
2	2	Построение в колонны по три. Перестроение изодного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления на шаг			
3	3	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг			
4	4	Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места			
5	5	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой			
6	6	Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук			
7	7	Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение			
8	8	Поднимание на носках и полуприседание			
За 1 четверть по плану - 8 ч., по факту - ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.					
II четверть (8 ч)					
9	1	Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону			
10	2	Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки			
11	3	Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову			

12	4	Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки			
13	5	Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками)			
14	6	Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением			
15	7	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков			
16	8	Повторение ритмического рисунка прохлопыванием и протопыванием. Упражнения на расслабление мышц			
За 2 четверть по плану - 8 ч., по факту - ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.					
III четверть (11 ч)					
17	1	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев. Ослабление напряжения не опуская рук			
18	2	Упражнения для кистей рук с бубенцами. Базовые упражнения			
19	3	Отстукивание ритмических рисунков на бубне			
20	4	Подыгрывание на бубне ритмического рисунка мелодии			
21	5	Отстукивание ритмических рисунков маракасами			
22	6	Инсценируют детскую песенку, играя на музыкальном инструменте			
23	7	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта			
24	8	Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений			
25	9	Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений			
26	10	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. Игра «Кто же, кто же к нам пришел»			
27	11	Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации			
За 3 четверть по плану - 11 ч., по факту - ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.					
IV четверть (7 ч)					

28	1	Повторение элементов танца. Игровые двигательные упражнения с предметами			
29	2	Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег			
30	3	Сильные подскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку			
31	4	Движения парами: боковой галоп, подскоки. Основные движения народных танцев			
32	5	Танцевальные движения «Полька». Урок – конкурс			
33	6	Упражнения на развитие танцевального творчества. Вальс, основные шаги			
34	7	Упражнения на развитие танцевального творчества. Вальс, основные шаги			
За 4 четверть по плану - 7 ч., по факту - ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.					
За год по плану - 34 ч., по факту - ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.					

P.S. Темы занятий, порядок их реализации, подбор упражнений и оборудования для занятий могут быть изменены в соответствии с особенностями группы (класса) детей, индивидуальных потребностей для коррекции и развития учащихся.

Используемый учебно-методический комплект для учителя (учебников для учащихся нет)

В соответствии с образовательной программой школы использован следующий учебно-методический комплект:

УМК рекомендован министерством образования РФ и входит в федеральный перечень учебников. Комплект реализует федеральный компонент учебного плана по ритмике.

Основной

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида.

Подготовительный, 1-4 классы, под ред. Воронковой В.В. – М: Просвещение, 2013

2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 0-4 классы, под ред. И.М.Бгажноковой – М: Просвещение, 2011

Дополнительный

1. Хрестоматия музыкального материала программы «Музыкальное воспитание детей в системе арттерапии», О.Кацер

2. Пальчиковая гимнастика, сост. Иванов А.А., Рудашевская О.В. - СПб: центр развития детей «Анима», 2007

3. Упражнения для психомоторного развития дошкольников, А.Л.Сиротюк - М: Аркти, 2008

4. Будем лучше говорить, чисто и красиво, сост. Иванов А.А., Рудашевская О.В. - СПб: центр развития детей «Анима»

5. Музыкальная планета, сост. Иванов А.А., Рудашевская О.В. - СПб: центр развития детей «Анима»

6. Детские песни, сост. Иванов А.А., Рудашевская О.В. - СПб: центр развития детей «Анима»

7. У нашего двора нет веселья конца!, сборник сценариев праздников и музыкальных. Рытов - СПб: Музыкальная палитра, 2006 + CD

- 8.Русская песня для детей, ред.С.Д.Ермолаев, сост.К.Л.Обухова - Спб:«Детство»
- 9.Музыка и движение, Бекина С.И.-М: «Просвещение»,1983
- 10.Ритмика.Музыкальное движение,Руднева С.,Фиш Э.- М: «Просвещение»,1972
- 11.С песенкой по лесенке, Бырченко Т.-М: «Советский композитор»,1984
12. Музыкальное и физическое воспитание на занятиях ритмикой,Чибрикова-Луговская А.Е.-М:«Классик стиль»,2003
- 13.Музыкальная ритмика,ЗятеминаТ.А., Стрепетова Л.В.-М :«Планета»,2009
- 14.Роль ритмики в эстетическом воспитании детей, Франио Г.- М: «Советский композитор»,1989

Интернет-ресурсы:

№	Наименование	Ссылка
1	Официальный сайт А.Пахмутовой	http://www.pakhmutova.ru/
2	Музей муз.культуры имени М.И.Глинки	http://www.glinka.museum
3	Энциклопедия муз. инструментов	http://eomi.ws/bowed/
4	Виртуальная ударная установка	http://www.buckle.com/static/bscene/games/drums/drums.html
5	Авторская песня	http://www.bard.ru/
6	Песни из кинофильмов	http://songkino.ru/
7	On-line метроном	http://www.metronomeonline.com
8	Нотная библиотека Бориса Тараканова	http://notes.tarakanov.net/index.htm
10	«Основы православной культуры», 4 класс. Мультимедийное пособие к рабочей тетради. Составитель - Т.А.Берсенева, оформл.- А.С.Григорьев, общ.ред.- священник А.А.Мороз,СПб,2013г	DVD к методическому пособию
11	Детская музыкальная группа «Непоседы»	http://neposedi.narod.ru/
12	Детская музыкальная группа «Волшебники двора»	http://www.volshebnikidvora.ru
13	Наши старые добрые Детские песни!	https://vk.com/detki_pesni
14	Детские песни и минусовки к ним	https://vk.com/club18660040
15	Детские песни Ирины Конвенан	https://vk.com/club5666009
16	Классическая музыка	https://vk.com/classicmusic
17	Хранители сказок - детские песни,стихи,сказки	https://vk.com/hraniteli_skazok

Лист корректировки рабочей программы по предмету Ритмика 3 А

Учитель: Шуклин Александр Евгеньевич

Четверть	Кол-во часов по предмету	Выполнение	Компенсирующие мероприятия/ в случае отставания или лишних часов по предмету	Дата сверки	Подпись председателя МО/ зам. директора по УР
1					
2					
3					
4					
ИТОГО			Программа по предмету “Ритмика“ выполнена полностью за счет объединения \добавления тем. Учитель: Шуклин Александр Евгеньевич		

