

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании ППк  
Протокол № 1 от 26.08.2024г.

**ПРИНЯТО**  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол №1  
от 27.08.2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ «СОШ № 5»  
Скиба Лариса  
Михайловна Л.М.Скиба  
Приказ от 27.08.2024г.  
№ 512-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**коррекционного курса**  
**«Ритмика»**  
**для обучающихся 1-4 классов**  
**(АООП НОО с ЗПР, вариант 7.2)**  
**на 2024-2025 учебный год**



Бийск  
2024

## 1. Пояснительная записка

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения. В рамках данного курса осуществляется коррекция моторной сферы младших школьников с ЗПР, что может способствовать как их познавательному развитию (в первую очередь совершенствованию регуляции деятельности), так и эстетическому развитию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития.

**Цель курса** занятий ритмикой заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с ЗПР в процессе восприятия музыки.

### **Задачи курса:**

приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);

развитие чувства ритма и выразительности движений;

развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития;

развитие выразительности движений и самовыражения;

развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;

коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;

развитие общей и речевой моторики;

формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Эти задачи решаются через овладение обучающимися разнообразными формами музыкально-ритмической деятельности: выполнения с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, прыжков, поскоков, гимнастических и танцевальных упражнений, музыкальных игр, ритмических упражнений с детскими музыкальными инструментами.

Овладевая разнообразными движениями под музыку, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развиваются мышечное чувство, пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус. Музыкально-ритмическая деятельность способствует формированию четкости, точности движений, что сказывается на всей учебной деятельности школьников с ЗПР.

Занятия ритмикой положительно влияют на развитие познавательной деятельности младших школьников с ЗПР: каждое задание нужно понять, осознать правила игры; осмыслить свое место в ней, свою роль; надо запоминать движения, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Следует отметить, что эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников.

Музыкальные произведения оказывают организующее и дисциплинирующее влияние благодаря присутствующему в них ритму. Ритм помогает регулировать движения: преодолевается суетливость и хаотичность действий, вялые и расплывчатые движения становятся четкими и целесообразными, нормализуется двигательное беспокойство. Занятия ритмикой позволяют создавать благоприятный эмоциональный фон и корректировать эмоционально-личностную сферу ребенка.

Занятия ритмикой тесно связаны с уроками музыки и физической культуры, а также курсом «Психокоррекционные занятия». Формирование и отработка основных двигательных навыков и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на уроках музыки и физической культуры. На занятиях ритмикой происходит их дальнейшее практическое освоение в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. При планировании работы учитель может учитывать требования, указанные в программе по физической культуре для соответствующего класса, и использовать на занятии разучиваемые на уроках музыки произведения.

### **Общая характеристика курса**

Коррекционно-развивающий курс «Ритмика» включает следующие разделы: ритмико-гимнастические упражнения; ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы; народные и современные танцевальные движения.

Основная часть занятия «Ритмикой» включает как изучение нового материала, так и его повторение. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с ЗПР. Учитывая состояние физического развития детей, учитель чередует на уроке нагрузку и отдых, напряжение и расслабление. Постепенно ученики физически и эмоционально привыкают к увеличению напряжения, мобилизуют себя на положительную произвольную деятельность.

Ритмико-гимнастические упражнения, способствуют выработке у обучающихся с ЗПР необходимых музыкально-двигательных навыков. Курс содержит задания на выработку координированных движений, основная цель которых - научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. На занятиях по ритмике резкие динамические контрасты в музыке помогают детям двигаться энергичнее, активнее, преодолевать вялость мышц. Улучшается координация движений.

Движения под музыку оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие 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. В курс включаются задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, которые развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, учебного сотрудничества, развивают коммуникацию.

Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами, внесенные в курс, развивают способность дифференцировок на слух, устанавливают слухо-моторные связи.

Обучению детей с ЗПР танцевальным движениям и танцам 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.

Для совершенствования координации движений с музыкой педагог добивается точного начала движения с началом музыки и четкого окончания движения с окончанием музыки. Обучающиеся учатся изменять характер движения с изменением динамических оттенков музыки, своевременно отражать в движении смену музыкальных темпов. Все это способствует преодолению характерного для детей с ЗПР недостатка внимания, повышается наблюдательность и скорость реакции.

При проведении занятия учителю ритмики следует придерживаться общих *рекомендаций*:

- преподносить новый материал развернуто, пошагово и закреплять его на протяжении нескольких занятий;
- при введении новых терминов использовать визуальную опору;
- производить отбор музыкального материала с позиции его доступности, при этом сохраняя общий базовый уровень;
- постоянно разнообразить содержание проводимых занятий, мотивировать учащихся к изучению предмета;
- обращать внимание на общее состояние ученика, осуществляя при необходимости гибкую корректировку адресуемых ему заданий.

Программа по ритмике содержит 4 раздела:

1. Ритмико-гимнастические упражнения
2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами
3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы
4. Народные пляски и современные танцевальные движения.

Работа по всем четырем разделам программы осуществляется на каждом уроке.

### **Ритмико-гимнастические упражнения**

Проводятся в начале и конце урока, как организационный момент. Упражнения включают в себя гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, переноску предметов. Служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления других недостатков.

В этот раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации.

Упражнения на развитие статической координации, можно выполнять, стоя на обеих ногах или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют на заключительном этапе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом.

Для развития ориентировки в пространстве используются упражнения на пространственные построения и перестроения.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, строятся на чередовании различных музыкальных сигналов: громкое и тихое звучание (громкое топание и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и медленное хлопание или поскоки); различение по высоте тона (движения в противоположных направлениях) и т. п. В таких упражнениях у детей развивается быстрота реакции. При отработке данных упражнений используют мячи, шары, флажки и тому подобные предметы.

Используемые упражнения на расслабление способствуют снятия мышечного напряжения, развивают регуляцию мышечного тонуса, повышают самоконтроль.

### **Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Для упражнений этого раздела используются детские музыкальные инструменты: металлофоны, барабаны, бубны, тамбурины и др., а также любые другие звучащие предметы — погремушки, дудки, колокольчики, треугольники, ложки, хлопушки и т. п. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводятся под аккомпанемент.

Дети знакомятся с каждым инструментом и с его возможностями в отдельности, учатся обращению с ним. Они упражняются в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т. п.). Такие упражнения многократно повторяются, их сложность постепенно нарастает, развивается навык обращения с инструментами и чувство ритма. Сначала все упражняются на одном и том же инструменте, воспроизводят ритмы хорошо знакомых музыкальных произведений, при этом дети должны обнаружить понимание сильной доли такта, слабых долей, простых мелких долей.

По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование, создание ансамблей и оркестра. Так, воспроизведение сильных долей можно поручить тем, кто играет на барабанах, а слабые доли исполняют другие ученики на погремушках или треугольниках.

В некоторых упражнениях дети повторяют на инструменте ритмический рисунок, воспроизведенный учителем, сами создают ритмические рисунки.

### **Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Используемая музыка должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания; полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содержание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напеть или петь хором, сопровождая движения. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, «Маятник», «Деревья под ветерком», «Полет птиц» и т. п.; или участвовать в играх «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т. п.; или свободно изображать действия на темы «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т. п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны): несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (например, ходьба вдоль стен, «Змейкой», по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ведут свою «партию». Исполнение отсроченных движений повышает чувствительность к ритму, способность своевременно включиться в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладевают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

### **Народные и современные танцевальные движения.**

В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения и простые танцевальные связки.

Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся взаимодействовать друг с другом, находить общий ритм движения.

Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети обучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение.

На занятиях дети овладевают способностью свободно и непринужденно двигаться в танце. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить основные термины народных и современных танцев.

### **Формы и методы.**

На занятиях ритмикой программой предусмотрены следующие формы и методы работы:

- словесные методы - являются основной формой обращения педагога к ученикам.
- Наглядные методы (показ, демонстрация).
- Практический метод.

В разделе тематического планирования рабочей программы учтены возможности использования электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами, реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов):

<http://music.edu.ru/>

[classic.chubrik.ru](http://classic.chubrik.ru)

<http://school-collection.edu.ru/>

Рабочая программа рассчитана на 33 часа и реализуется в течение 33 учебных недель (1 час в неделю), что соответствует учебному плану.

**Сроки реализации рабочей учебной программы – 2024-2025 учебный год.**

## **2. Место коррекционного курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 5 лет обучения по 1 часу в неделю: 1 класс – 33 часа, 1 (дополнительный) класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа в год. Курс реализуется во внеурочной деятельности.

## **3. Ценностные ориентиры содержания коррекционного курса**

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно, также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

#### 4. Планируемые результаты

##### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

##### **Личностные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- проявление дисциплинированности и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укреплении личного здоровья.
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

##### **Метапредметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

- обеспечение защиты и сохранения личного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;
- планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом индивидуальных возможностей и требования сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.
- формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты** представлены по годам обучения и отражают сформированность у обучающихся определенных умений.

##### **1 КЛАСС:**

- выполнять общеразвивающие упражнения по показу;
- знать и использовать ударные музыкальные инструменты;
- выполнять ритмические упражнения по показу и визуальной опоре;
- повторять предложенный ритмический рисунок;
- выполнять различные ритмические движения в соответствии с различным характером музыки;
- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- занимать правильное исходное положение при построении в шеренгу (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- 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;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- участвовать в музыкальных играх с предметами, с пением и речевым сопровождением;
- выполнять движение – галоп;
- выполнять элементы народной пляски по показу.

## **1 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС**

- выполнять общеразвивающие упражнения в соответствии с возрастом
- выполнять основные и общеразвивающие движения с предметами и без под музыку 2/4, 4/4;
- разбираться в терминах: громко-тихо, высоко-низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно);
- выполнять простые общеразвивающие упражнения, простые танцевальные шаги (мягкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп);
- выполнять перестроения из пар в шеренгу, в колонну по одному, в круг;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторять на детском музыкальном инструменте простой ритмический рисунок;
- выполнять передачу сильных и слабых долей в знакомых музыкальных произведениях;
- передавать простые песенные ритмы на детском ударном инструменте;
- уметь различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
- уметь соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
- уметь ходить в шеренге и разными видами шага;
- выполнять простые подражательные движения под музыку;
- выполнять по показу простые современные танцевальные связки;
- владеть простейшими элементами народной пляски;
- под руководством учителя уметь контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них.

## **2 КЛАСС**

- самостоятельно выполнять общеразвивающие упражнения;
- владеть техникой элементарной мышечной релаксации;
- выполнять движения под музыку на 2/4, 4/4;
- передавать хлопками, притопами ритмические рисунки;
- выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (бросание, катание, передача, перекатывание мячей и др.);
- использовать детские музыкальные инструменты для создания ритмического рисунка и мелодии;
- обращаться с 3-4 детскими музыкальными инструментами в отдельности;
- иметь представление о терминах, определяющих характер музыки;
- определять характер, темп и плавность музыки;
- уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять движения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять движения народной танца (пляски) по показу;
- самостоятельно играть в знакомые музыкальные игры с предметами;
- выполнять танцевальные движения с предметами;

- под руководством учителя передавать в движениях игровые образы и содержание песен;
- свободно двигаться под музыку различного характера;
- ускорять и замедлять танцевальные движения в соответствии с темпом музыки;
- выполнять основные движения народных танцев;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (бубен, погремушка, барабан, тамбурином и т.д.);
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держат осанку, улыбаться, быстро восстанавливать рисунок танца при ошибках, организованно выходить на поклон и т.д.).

### **3 КЛАСС**

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнять построения (в колонну по диагонали, шеренгу, цепочку, круг, пары) и перестроения (в шеренги, в круг из шеренги и обратно, из колонны в пары и обратно);
- выполнять ходьбу, бег, маршировку, прыжки, поскоки под изменяющуюся музыку;
- выполнять упражнения на сложную координацию с предметами;
- определять характер, темп и плавность у изменяющейся музыки;
- прохлопывать предложенный ритмический рисунок и использовать это умение в танцах, передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- коллективно исполнять простые изученные произведения на музыкальных инструментах под аккомпанемент учителя (ложки, бубен, тамбуринов, треугольник, металлофон, ксилофон и др.);
- отражать в ритмико-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику изменяющейся музыки;
- держать "линию танца";
- выполнять синхронные ритмико-гимнастические и танцевальные движения в парах;
- выполнять имитационные движения (отдельные и в миниатюрах);
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (ложки, бубен, погремушка, барабан и т.д.);
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах.

### **4 КЛАСС**

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнять построения (в шахматном порядке) и перестроения (из колонны по одному в колонну по четыре, из нескольких колонн в несколько кругов и т.д.);
- коллективно исполнять (в ансамбле, оркестре) изученные музыкальные произведения разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения и др.) под музыкальное сопровождение, аккомпанемент и без него;
- передавать на различных детских музыкальных инструментах ритмический рисунок знакомых песен;
- использовать нотную запись для игры на детских музыкальных инструментах по смысловой опоре;
- выполнять ритмико-гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку различного характера, темпа;

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- импровизировать под музыку разного характера;
- отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки;
- начинать и заканчивать движение или исполнение на звучащем инструменте вместе с началом и окончанием звучания музыки;
- участвовать в инсценировке песен;
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- участвовать в различных композициях движений из разученных плясок и танцев;
- узнавать звучание общеизвестных народных плясок, популярных вальсов, отрывков из балетов;
- бережно относиться к детским музыкальным инструментам, аппаратуре, костюмам, реквизиту.

## **5. Содержание программы по коррекционному курсу**

### **1 класс**

#### **1. Ритмико-гимнастические упражнения**

*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 стопы (в положении сидя, стоя на одной ноге), отведение стопы наружу и приведение ее внутрь (в положении стоя, сидя), круговые движения стопой (в положении стоя, сидя), выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

*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. Положения рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; сопровождение движения руки головой, взглядом.

*Упражнение на расслабление мышц.* Напряжение и расслабление мышц рук («кулачки») сжимание с напряжением и разжимание пальцев рук с речевым сопровождением.

Повороты туловища влево-вправо, при расслабленном положении рук. По сигналу наклон туловища вперед, свесив голову и руки («шалтай-болтай»).

Дети совершают энергичные движения под активную музыку, при изменении музыки на спокойную, движения замедляются, дети ложатся на ковер и расслабляются.

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Перестроение в круг из шеренги, цепочки.

#### **2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Знакомство с детскими ударными музыкальными инструментами и звучащими предметами (ложки, барабаны, бубны, треугольники, колокольчики и т.д.). Правильное положение рук при игре на инструменте и приемы игры на нем. Игра на ложках в станке или в каждой руке по отдельной ложке. Исполнение небольших ритмических упражнений по показу и визуальной опоре, повторение предложенного ритмического рисунка. Соотнесение инструмента с музыкальным произведением и манеры исполнения на нем под звучащее музыкальное произведение. Совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование звучания и пауз.

### **3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки (спокойная, быстрая, медленная). Изменение характера движения в соответствии с изменением динамики (громко, тихо), регистра (высокий, низкий). Изменение направления ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое подпрыгивание — тяжелым, и т. Д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, 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.

### **4. Народные и современные танцевальные движения.**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы народного танца, например, 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. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Выполнение простых современных танцевальных связок по показу\*.

## **1 дополнительный класс**

### **1. Ритмико-гимнастические упражнения.**

*Общеразвивающие упражнения.* Выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др. Наклоны, выпрямления и повороты головы, вращение головой, круговые движения плечами («паровозики»); наклоны, движение рук в разных направлениях; сгибание, разгибание стопы. Основные движения под музыку на 2/4, 4/4: ходьба, бег, прыжки. Отражение хлопками притопами простых ритмических рисунков. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки (бодрый, задумчивый и т. Д.), различной силы звучания (громко, тихо), различного темпа (умеренно, быстро, медленно), строевым или мягким шагом, ходьбой на пятках или на носках и т. Д. Базовые упражнения, предполагающие скоординированные движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.

*Упражнения на координацию движений.* Выполнение упражнений в парах: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

*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»).

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* Перестроения из пар в шеренги. Ходьба (бег) друг за другом по одному, враспынную с использованием всего пространства помещения с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг — в соответствии с изменением звучания музыки.

### **2. ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Использование знакомых инструментов для передачи ритмического рисунка музыкального произведения. Знакомство с высотой звука (высокий, средний, низкий регистры), его

---

\* Здесь и далее. Включение данных упражнений на усмотрение педагога в соответствии с особенностями обучающихся и/или при наличии материально-технической базы.

протяжностью (легато, скаккато). Сравнение контрастно звучащих инструментов (треугольник, бубен, колокольчики, тамбурины и т. Д.). Передача сильных и слабых долей знакомых музыкальных произведений. Повторение предложенного ритмического рисунка и передача простых песенных ритмов на детском ударном музыкальном инструменте. Коллективное исполнение знакомых песен, маршей, танцевальных мелодий\*.

### **3. игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

Свободное, естественное движение под четко ритмически организованную музыку. Изменение направления или формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки. Определение сильных и слабых долей такта и свободной передачи их притопами, хлопками и другими формами движения. Простейшие подражательные движения под музыку. Прохлопывание ритмического рисунка звучащей мелодии. Игры под музыку с предметами, игры с пением. Движения с речевым сопровождением.

### **4. народные и современные танцевальные движения.**

Элементы танца и простые танцевальные движения: простой шаг - мягкий, перекатный, острый, с высоким подниманием бедра, на полупальцах, топающий на всей ступне. Бег на полупальцах, притопы одной ногой с хлопками, кружение через правое плечо с поднятыми руками, кружение парами на месте и на ходу. Приставной и переменный шаги вперед, в стороны, назад. Шаги галопа — прямой, боковой. Основной шаг народного танца, например, русский переменный шаг. Разучивание и отработка элементов народных танцев, круговых танцев по показу. Выполнение простых современных танцевальных связок.

## **2 класс**

### **1. ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны и повороты туловища. Повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног (как при маршировке). Сгибание и разгибание стопы в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Выполнение основных движений под музыку на 2/4, 4/4: ходьба, бег, прыжки, поскоки. Отражение хлопками, притопами ритмических рисунков. Сохранение и быстрое изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения. Вступление в движение одновременно с началом звучания музыки и прекращение движения с ее окончанием. Бросание, катание, передача, перекачивание мячей различной величины. Использование скакалки для различных прыжков под музыку\*.

*Упражнения на координацию движений.* Ритмичные упражнения под музыку: перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. Д.). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения.

*Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* 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 в рассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега

несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.

## **2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Использование детских музыкальных инструментов ранее знакомых (треугольник, бубен, ложки, барабаны, колокольчики) и новых инструментов (металлофон, ксилофон), а также других звучащих предметов (маракас, дудка, погремушка) для передачи сильных и слабых долей в музыкальных произведениях. Использование поочередно нескольких инструментов в одном произведении. Создание и повторение заданного ритмического рисунка и мелодии. Знакомство и различение звучания пластин металлофона или ксилофона. Игра на знакомых музыкальных инструментах простых мелодий, в которых нет больших интервалов (народные песни).

## **3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в импровизации знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Передача различными формами движения (взмахом, прыжком, расслаблением, переменной настроенности) динамических акцентов музыки, отрывистости (стаккато), связанности и плавности (легато), восходящей или нисходящей линии мелодии.

## **4. Народные и современные танцевальные движения.**

Основные понятия: "позиция рук", "позиция ног", "линия танца". Тихая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Знакомство с новыми элементами танца и движениями: мягкий бег, перекатный, острый, с высоким подниманием бедра. Пружинные шаг и бег, полуприседание. Шаг с носка на пятку, скользящий шаг, поскок. Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед, в сторону, назад. Повороты кистей, плавное поднятие рук вперед, вверх, в стороны. Шаги польки вперед, назад. Элементы народного танца, например, русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.

Основные движения народных танцев. Народные пляски и современные танцы с предметами (в том числе и в парах). Танцы, включающие построения и перестроения, притопывания, поскоки, хлопки и т.д. Танцевальные композиции народного танца, выполнение танцевальных движений под современные ритмы.

## **3 класс**

### **1. Ритмико-гимнастические упражнения.**

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Выполнение движений под музыку на 3/4. Отражение хлопками, притопами ритмического рисунка мелодии. 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. Поднятие 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.

Движение с обручем: перехваты, катание, повороты, поднятие, передача из руки в руку\*. Использование скакалки для различных прыжков под музыку\*.

*Упражнения на координацию движений.* Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Самостоятельное составление простых ритмических рисунков\*.

*Упражнения на расслабление мышц.* Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

## **2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Игра на мелодических и ударных музыкальных инструментах. Ориентировка в пластинах мелодических музыкальных инструментов (металлофоне, ксилофоне). Коллективное исполнение разученных музыкальных произведений с использованием разных музыкальных инструментов. Исполнение различных ритмов в медленном и быстром темпе. Согласованное звучание инструментов при коллективном исполнении. Упражнения в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т.п.). Использование нотной записи для игры на инструментах\*.

## **3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо). Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов, передача в движениях частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружинно, плавно, спокойно, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

## **4. Народные и современные танцевальные движения.**

Элементы танца, простые танцевальные движения: широкий бег, высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп. Элементы народного танца, например, 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. Овладение разными видами хороводных шагов. Хоровод с построениями, перестроениями, которые могут включать построение по диагонали. Современные танцы, состоящие из двух и более танцевальных комплексов.

# **4 класс**

## **1. Ритмико-гимнастические упражнения.**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения, с переходом от умеренного к быстрому или медленному темпу. Отражение хлопками, притопами, разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. Составление простых ритмических рисунков. Выполнение движений под музыку на 3\4.

*Упражнения на координацию движений.* Разнообразные сочетания одновременных и разноименных движений рук, ног, туловища, кистей. Упражнения на сложную координацию движений: выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени (в заданной последовательности и ритме). Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

*Упражнение на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). Постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка), кратковременное удержание позы, расслабление – приседание на корточки с опущенной головой и руками.

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* 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 концентрических 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.

## **2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Использование нотной записи для игры на детских музыкальных инструментах с направляющей помощью педагога. Использование ритмических партитур\*. Коллективная игра на детских ударных и мелодических музыкальных инструментах в ансамбле и оркестре. Воспроизведение различных ритмов в медленном и быстром темпе. Согласованное звучание инструментов в ансамбле и оркестре. Разучивание и исполнение более сложных и длинных музыкальных произведений, разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения).

## **3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения своевременно вступить в мелодию начиная движение в разные моменты звучания (в начале, в середине, в конце). Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инценирование песен. Самостоятельный подбор свободных естественных движений под музыку разного характера на определенную тему. Передача различными формами движения крещендо и диминуэндо в музыке, мелодического и ритмического рисунка, темпа, метроритма. Определение регистра звучания и подбор движения соответственно нижнему, среднему и высокому регистру.

## **4. Народные и современные танцевальные движения.**

Совершенствование танцевальных движений. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Знакомство с новыми элементами народного танца и движениями, например, русская пляска: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением, «ковырялочка». Шаг вальса прямой и с поворотом. Разнообразные сочетания отработанных шагов с движениями рук и хлопками. Различные композиции движений из народных танцев. Хороводы и парные танцы. Упражнения на различение элементов народных танцев. Разучивание и исполнение народных плясок, современных танцев. Элементы мюзикла\*.

## 6. Тематическое планирование

### 1 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Музыка и движения (основные упражнения)	8 часов
2	Движения и речь.	7 часов
3	Музыка и движения (основные упражнения в парах)	4 часа
4	Музыка и танец	6 часов
5	Музыка и танец	8 часов
	Итого	33 часа

### 1 дополнительный класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Музыка и движения (основные упражнения)	8 часов
2	Музыка и движения (основные упражнения в парах)	3 часа
3	Музыка и танец	4 часа
4	Музыка, танец и музыкальные инструменты	7 часов
5	Движения и речь	3 часа
6	Музыка, движение и речь	8 часов
	Итого	33 часа

### 2 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Музыка и движения	8 часов
2	Музыка и танец	7 часов
3	Музыка и танец	7 часов
4	Музыка, танец и музыкальные инструменты	4 часа
5	Музыка, движение и речь	8 часов
	Итого	34 часа

### 3 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Музыка и движения	8 часов
2	Музыка и танец	7 часов
3	Музыка и народный танец	7 часов
4	Музыка, танец и музыкальные инструменты	4 часа
5	Музыка, движение и речь	8 часов

Итого	34 часа
-------	---------

**4 класс**

<b>№ урока</b>	<b>Название темы</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
3-4	Общеразвивающие упражнения. Строения перестроения	2
5-9	Танец «Джайв».	5
10-11	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	2
12-13	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	2
14-17	Танец «Джайв»	4
18	Общеразвивающие упражнения. Упражнение на улучшение гибкости	1
19-20	Разминка.	2
21	Упражнения на развитие координации.	1
22-26	Танец «Фигурный вальс»	5
27	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
28	Упражнения на улучшение гибкости.	1
29-33	Танец «Фигурный вальс»	5
34	Урок-смотр знаний	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

## 7. Календарно тематическое планирование

### 1 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
Музыка и движения (основные упражнения) (8 ч).			
1	Вводное занятие.	1	
2-3	«Слушаем и двигаемся»	2	
4-5	«Построения и перестроения»	2	
6	«Шаги»	1	
7	«Попрыгаем»	1	
8	«Повторим» (обобщение).	1	
Движения и речь (7 ч).			
9	«Повторим» (повторение).	1	
10-11	«Построения и перестроения с речевками».	2	
12	«Скажу и сделаю сам».	1	
13	«Скажу и сделаю, послушаю и сделаю».	1	
14-15	«Скажем и сделаем» (обобщение).	2	
Музыка и движения (основные упражнения в парах) (4 ч).			
16	«Скажем и сделаем» (повторение).	1	
17	«Найди пару».	1	
18	«Делаем вместе».	1	
19	«Делаем вместе с речевками».	1	
«Музыка и танец» (6 ч).			
20	«Танцевальные движения».	1	
21	«Танец «Приглашение».	1	
22-23	«Танец «Всадники» (изучение прямого галопа).	2	
24	«Танец «Всадники» (исполнение).	1	
25	«Потанцуем».	1	
«Музыка и танец» (8 ч).			
26	«Вспомним танцы».	1	
27	«Русская пляска» (шаги).	1	
28	«Русская пляска» (притопы).	1	
29	«Русская пляска»	1	

	(элементы танца).		
30	Танец «Ковырялочка».	1	
31	«Галоп в парах» (элементы танца).	1	
32	«Галоп в парах» (танец).	1	
33	«Потанцуем».	1	

### 1 дополнительный класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
Музыка и движения (основные упражнения) (8 ч)			
1	Вводное занятие.	1	
2	«Похлопаем и потопаем».	1	
3-4	«Построения, перестроения и прыжки»	2	
5-6	«Шаги и разные виды ходьбы».	2	
7-8	«Повторим» (обобщение).	2	
Музыка и движения (основные упражнения в парах) (3 ч)			
9	«Повторим в парах».	1	
10	«Найди пару».	1	
11	«Делаем в парах».	1	
«Музыка и танец» (4 ч).			
12	«Танцевальные движения».	1	
13	«Танец в парах» (простой).	1	
14	«Танцы и пляски».	1	
15	«Потанцуем».	1	
«Музыка, танец и музыкальные инструменты» (7 ч).			
16	«Потанцуем» (повторение).	1	
17-18	«Музыкальные инструменты».	2	
19-20	«Поиграем на музыкальных инструментах и потанцуем».	2	
21-22	«Поиграем – потанцуем».	2	
Движения и речь (3 ч).			
23	«Потанцуем» (повторение).	1	
24	«Построения и перестроения с речевками».	1	
25	«Скажем и сделаем» (обобщение).	1	
Музыка, движение и речь (8 ч)			
26-27	«Повторим еще раз»	2	
28-29	«Музыка, стихи и танец»	2	
30-31	«Песня, танец, музыка»	2	
32-33	«Концерт»	2	

**2 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
"Музыка и движения" (8 часов)			
1	Повторение пройденного в первом классе	1	
2	Повторение построений, перестроений шагов	1	
3	Повторение танцев	1	
4	Основные позиции рук	1	
5-6	Танец в парах с использованием предметов	2	
7	"Потанцуем"	1	
8	"Повторим"	1	
"Музыка и танец" (7 часов)			
9-10	Танец с использованием предметов	2	
11-13	Танец с построениями и перестроениями	3	
14-15	"Потанцуем"	2	
"Музыка и танец" (7 часов)			
16	Повторение изученных танцев	1	
17-18	Танец с притопываниями и хлопками	2	
19-20	Танец с поскоками	2	
21-22	Танец с предметами	2	
"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 часа)			
23-25	Танец с применением музыкальных инструментов	3	
26	Повторение танцев	1	
"Музыка, движение, речь" (8 часов)			
27-28	Ритмодекламации (под музыку и без музыки)	2	
29-31	Декламация песен под музыку в хороводе	3	
32-33	Танец с предметами	2	
34	Отчетный концерт	1	

**3 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
"Музыка и движения" (8 часов)			
1	Повторение движений, пройденных	1	

	во втором классе		
2-3	Повторение танцев	2	
4-5	Гимнастические композиции в парах	2	
6-7	Гимнастические композиции с построениями и перестроениями	2	
8	"Потанцуем"	1	
"Музыка и танец" (7 часов)			
9-11	Танцевальный шаг польки	3	
12-14	Танцы с разными шагами для хоровода	3	
15	"Потанцуем"	1	
"Музыка и народный танец" (7 часов)			
16	Повторение изученных танцев	1	
17-18	Народный танец с предметами	2	
19-20	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания	2	
21-22	Сложный русский танец	2	
"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 часа)			
23-25	Сложный русский танец с использованием ложек	3	
26	Повторение танцев (1 час)	1	
"Музыка, движение, речь" (8 часов)			
27	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки)	1	
28-30	Декламация песен под музыку в танце	3	
31-32	Танец с индивидуальными выступлениями	2	
33-34	Отчетный концерт	2	

#### 4 класс

№ урока	Название темы	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1	
2	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1	
3-4	Общеразвивающие упражнения. Строения перестроения	2	
5-9	Танец «Джайв».	5	
10-11	Разминка. Гимнастика, упражнения на	2	

	координацию		
12-13	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	2	
14-17	Танец «Джайв»	4	
18	Общеразвивающие упражнения. Упражнение на улучшение гибкости	1	
19-20	Разминка.	2	
21	Упражнения на развитие координации.	1	
22-26	Танец «Фигурный вальс»	5	
27	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1	
28	Упражнения на улучшение гибкости.	1	
29-33	Танец «Фигурный вальс»	5	
34	Урок-смотр знаний	1	
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	

## **8. Материально–техническое обеспечение**

### **Литература**

В качестве учебно-методического обеспечения работы с детьми рекомендуется использовать следующие методические разработки и пособия:

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984. - 288 с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики "Аничков Мост", 2015. - 196 с.
3. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 32 с.
4. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: уч.- мет. пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 104 с.
5. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. -223 с.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.
7. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика; уч. пособие / Под ред. Е.А. Медведевой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 224 с.
8. Овчинникова Т.С., Симкина А.А. Музыка, движение и воспитание. - М.: КАРО; СПб, 2011. - 77с.
9. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. - М.: Дрофа, 1998. - 104 с.

### ***Материально-техническое обеспечение***

- учебный кабинет, спортивный зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании ППк  
Протокол № 1 от 26.08.2024г.

**ПРИНЯТО**  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол №1  
от 27.08.2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ «СОШ № 5»  
Скиба Лариса Михайловна Л.М.Скиба  
Приказ от 27.08.2024г.  
№ 512-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**коррекционного курса**  
**«Ритмика»**  
для обучающихся 1-4 классов  
(АООП НОО с ЗПР, вариант 7.1)  
на 2024-2025 учебный год



Бийск  
2024

## 1. Пояснительная записка

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения. В рамках данного курса осуществляется коррекция моторной сферы младших школьников с ЗПР, что может способствовать как их познавательному развитию (в первую очередь совершенствованию регуляции деятельности), так и эстетическому развитию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития.

**Цель курса** занятий ритмикой заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с ЗПР в процессе восприятия музыки.

### **Задачи курса:**

приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);

развитие чувства ритма и выразительности движений;

развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития; развитие выразительности движений и самовыражения;

развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;

коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;

развитие общей и речевой моторики;

формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Эти задачи решаются через овладение обучающимися разнообразными формами музыкально-ритмической деятельности: выполнения с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, прыжков, поскоков, гимнастических и танцевальных упражнений, музыкальных игр, ритмических упражнений с детскими музыкальными инструментами.

Овладевая разнообразными движениями под музыку, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развиваются мышечное чувство, пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус. Музыкально-ритмическая деятельность способствует формированию четкости, точности движений, что сказывается на всей учебной деятельности школьников с ЗПР.

Занятия ритмикой положительно влияют на развитие познавательной деятельности младших школьников с ЗПР: каждое задание нужно понять, осознать правила игры; осмыслить свое место в ней, свою роль; надо запоминать движения, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Следует отметить, что эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников.

Музыкальные произведения оказывают организующее и дисциплинирующее влияние благодаря присутствующему в них ритму. Ритм помогает регулировать движения: преодолевается суетливость и хаотичность действий, вялые и расплывчатые движения становятся четкими и целесообразными, нормализуется двигательное беспокойство. Занятия ритмикой позволяют создавать благоприятный эмоциональный фон и корректировать эмоционально-личностную сферу ребенка.

Занятия ритмикой тесно связаны с уроками музыки и физической культуры, а также курсом «Психокоррекционные занятия». Формирование и отработка основных двигательных навыков и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на уроках музыки и физической культуры. На занятиях ритмикой происходит их дальнейшее практическое освоение в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. При планировании работы учитель может учитывать требования, указанные в программе по физической культуре для соответствующего класса, и использовать на занятии разучиваемые на уроках музыки произведения.

### **Общая характеристика курса**

Коррекционно-развивающий курс «Ритмика» включает следующие разделы: ритмико-гимнастические упражнения; ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы; народные и современные танцевальные движения.

Основная часть занятия «Ритмикой» включает как изучение нового материала, так и его повторение. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с ЗПР. Учитывая состояние физического развития детей, учитель чередует на уроке нагрузку и отдых, напряжение и расслабление. Постепенно ученики физически и эмоционально привыкают к увеличению напряжения, мобилизуют себя на положительную произвольную деятельность.

Ритмико-гимнастические упражнения, способствуют выработке у обучающихся с ЗПР необходимых музыкально-двигательных навыков. Курс содержит задания на выработку координированных движений, основная цель которых - научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. На занятиях по ритмике резкие динамические контрасты в музыке помогают детям двигаться энергичнее, активнее, преодолевать вялость мышц. Улучшается координация движений.

Движения под музыку оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие 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. В курс включаются задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, которые развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, учебного сотрудничества, развивают коммуникацию.

Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами, внесенные в курс, развивают способность дифференцировок на слух, устанавливают слухо-моторные связи.

Обучению детей с ЗПР танцевальным движениям и танцам 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.

Для совершенствования координации движений с музыкой педагог добивается точного начала движения с началом музыки и четкого окончания движения с окончанием музыки. Обучающиеся учатся изменять характер движения с изменением динамических оттенков музыки, своевременно отражать в движении смену музыкальных темпов. Все это способствует преодолению характерного для детей с ЗПР недостатка внимания, повышается наблюдательность и скорость реакции.

При проведении занятия учителю ритмики следует придерживаться общих *рекомендаций*:

- преподносить новый материал развернуто, пошагово и закреплять его на протяжении нескольких занятий;
- при введении новых терминов использовать визуальную опору;
- производить отбор музыкального материала с позиции его доступности, при этом сохраняя общий базовый уровень;
- постоянно разнообразить содержание проводимых занятий, мотивировать учащихся к изучению предмета;
- обращать внимание на общее состояние ученика, осуществляя при необходимости гибкую корректировку адресуемых ему заданий.

Программа по ритмике содержит 4 раздела:

1. Ритмико-гимнастические упражнения
2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами
3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы
4. Народные пляски и современные танцевальные движения.

Работа по всем четырем разделам программы осуществляется на каждом уроке.

### **Ритмико-гимнастические упражнения**

Проводятся в начале и конце урока, как организационный момент. Упражнения включают в себя гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, переноску предметов. Служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления других недостатков.

В этот раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации.

Упражнения на развитие статической координации, можно выполнять, стоя на обеих ногах или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют на заключительном этапе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом.

Для развития ориентировки в пространстве используются упражнения на пространственные построения и перестроения.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, строятся на чередовании различных музыкальных сигналов: громкое и тихое звучание (громкое топание и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и медленное хлопание или поскоки); различение по высоте тона (движения в противоположных направлениях) и т. п. В таких упражнениях у детей развивается быстрота реакции. При отработке данных упражнений используют мячи, шары, флажки и тому подобные предметы.

Используемые упражнения на расслабление способствуют снятия мышечного напряжения, развивают регуляцию мышечного тонуса, повышают самоконтроль.

### **Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Для упражнений этого раздела используются детские музыкальные инструменты: металлофоны, барабаны, бубны, тамбурины и др., а также любые другие звучащие предметы — погремушки, дудки, колокольчики, треугольники, ложки, хлопушки и т. п. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводятся под аккомпанемент.

Дети знакомятся с каждым инструментом и с его возможностями в отдельности, учатся обращению с ним. Они упражняются в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т. п.). Такие упражнения многократно повторяются, их сложность постепенно нарастает, развивается навык обращения с инструментами и чувство ритма. Сначала все упражняются на одном и том же инструменте, воспроизводят ритмы хорошо знакомых музыкальных произведений, при этом дети должны обнаружить понимание сильной доли такта, слабых долей, простых мелких долей.

По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование, создание ансамблей и оркестра. Так, воспроизведение сильных долей можно поручить тем, кто играет на барабанах, а слабые доли исполняют другие ученики на погремушках или треугольниках.

В некоторых упражнениях дети повторяют на инструменте ритмический рисунок, воспроизведенный учителем, сами создают ритмические рисунки.

### **Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Используемая музыка должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания; полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содержание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напеть или петь хором, сопровождая движения. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, «Маятник», «Деревья под ветерком», «Полет птиц» и т. п.; или участвовать в играх «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т. п.; или свободно изображать действия на темы «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т. п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны): несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (например, ходьба вдоль стен, «Змейкой», по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ведут свою «партию». Исполнение отсроченных движений повышает чувствительность к ритму, способность своевременно включиться в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладевают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

### **Народные и современные танцевальные движения.**

В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения и простые танцевальные связки.

Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся взаимодействовать друг с другом, находить общий ритм движения.

Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети обучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение.

На занятиях дети овладевают способностью свободно и непринужденно двигаться в танце. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить основные термины народных и современных танцев.

### **Формы и методы.**

На занятиях ритмикой программой предусмотрены следующие формы и методы работы:

- словесные методы - являются основной формой обращения педагога к ученикам.
- Наглядные методы (показ, демонстрация).
- Практический метод.

В разделе тематического планирования рабочей программы учтены возможности использования электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами, реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов):

<http://music.edu.ru/>

[classic.chubrik.ru](http://classic.chubrik.ru)

<http://school-collection.edu.ru/>

Рабочая программа рассчитана в 1 классе на 33 часа, во 2-4 классах – по 34 часа (1 час в неделю), что соответствует учебному плану.

**Сроки реализации рабочей учебной программы – 2024-2025 учебный год.**

## **2. Место коррекционного курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 4 года обучения по 1 часу в неделю: 1 класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа в год. Курс реализуется во внеурочной деятельности.

## **3. Ценностные ориентиры содержания коррекционного курса**

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно, также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

#### **4. Планируемые результаты**

##### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

###### **Личностные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- проявление дисциплинированности и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укреплении личного здоровья.
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

###### **Метапредметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

- обеспечение защиты и сохранения личного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;
- планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом индивидуальных возможностей и требования сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.
- формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты** представлены по годам обучения и отражают сформированность у обучающихся определенных умений.

##### **1 КЛАСС:**

- выполнять общеразвивающие упражнения по показу;
- знать и использовать ударные музыкальные инструменты;
- выполнять ритмические упражнения по показу и визуальной опоре;
- повторять предложенный ритмический рисунок;
- выполнять различные ритмические движения в соответствии с различным характером музыки;
- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- занимать правильное исходное положение при построении в шеренгу (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- 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;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- участвовать в музыкальных играх с предметами, с пением и речевым сопровождением;
- выполнять движение – галоп;
- выполнять элементы народной пляски по показу.

## **2 КЛАСС**

- самостоятельно выполнять общеразвивающие упражнения;
- владеть техникой элементарной мышечной релаксации;
- выполнять движения под музыку на 2/4, 4/4;
- передавать хлопками, притопами ритмические рисунки;
- выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (бросание, катание, передача, перекатывание мячей и др.);
- использовать детские музыкальные инструменты для создания ритмического рисунка и мелодии;
- обращаться с 3-4 детскими музыкальными инструментами в отдельности;
- иметь представление о терминах, определяющих характер музыки;
- определять характер, темп и плавность музыки;
- уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять движения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять движения народной танца (пляски) по показу;
- самостоятельно играть в знакомые музыкальные игры с предметами;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- под руководством учителя передавать в движениях игровые образы и содержание песен;
- свободно двигаться под музыку различного характера;
- ускорять и замедлять танцевальные движения в соответствии с темпом музыки;
- выполнять основные движения народных танцев;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (бубен, погремушка, барабан, тамбурином и т.д.);
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держат осанку, улыбаться, быстро восстанавливать рисунок танца при ошибках, организованно выходить на поклон и т.д.).

## **3 КЛАСС**

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнять построения (в колонну по диагонали, шеренгу, цепочку, круг, пары) и перестроения (в шеренги, в круг из шеренги и обратно, из колонны в пары и обратно);
- выполнять ходьбу, бег, маршировку, прыжки, поскоки под изменяющуюся музыку;
- выполнять упражнения на сложную координацию с предметами;
- определять характер, темп и плавность у изменяющейся музыки;
- прохлопывать предложенный ритмический рисунок и использовать это умение в танцах, передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- коллективно исполнять простые изученные произведения на музыкальных инструментах под аккомпанемент учителя (ложки, бубен, тамбуринов, треугольник, металлофон, ксилофон и др.);
- отражать в ритмико-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику изменяющейся музыки;

- держать "линию танца";
- выполнять синхронные ритмико-гимнастические и танцевальные движения в парах;
- выполнять имитационные движения (отдельные и в миниатюрах);
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (ложки, бубен, погремушка, барабан и т.д.);
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах.

#### **4 КЛАСС**

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнять построения (в шахматном порядке) и перестроения (из колонны по одному в колонну по четыре, из нескольких колон в несколько кругов и т.д.);
- коллективно исполнять (в ансамбле, оркестре) изученные музыкальные произведения разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения и др.) под музыкальное сопровождение, аккомпанемент и без него;
- передавать на различных детских музыкальных инструментах ритмический рисунок знакомых песен;
- использовать нотную запись для игры на детских музыкальных инструментах по смысловой опоре;
- выполнять ритмико-гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку различного характера, темпа;
- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- импровизировать под музыку разного характера;
- отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки;
- начинать и заканчивать движение или исполнение на звучащем инструменте вместе с началом и окончанием звучания музыки;
- участвовать в инсценировке песен;
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- участвовать в различных композициях движений из разученных плясок и танцев;
- узнавать звучание общеизвестных народных плясок, популярных вальсов, отрывков из балетов;
- бережно относиться к детским музыкальным инструментам, аппаратуре, костюмам, реквизиту.

### **5. Содержание программы по коррекционному курсу**

#### **1 класс**

##### ***1. Ритмико-гимнастические упражнения***

*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 стопы (в положении сидя, стоя на одной ноге), отведение стопы наружу и приведение ее внутрь (в положении стоя, сидя), круговые движения стопой (в положении стоя, сидя), выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

*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. Позиции рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; сопровождение движения руки головой, взглядом.

*Упражнение на расслабление мышц.* Напряжение и расслабление мышц рук («кулачки») сжимание с напряжением и разжимание пальцев рук с речевым сопровождением.

Повороты туловища влево-вправо, при расслабленном положении рук. По сигналу наклон туловища вперед, свесив голову и руки («шалтай-болтай»).

Дети совершают энергичные движения под активную музыку, при изменении музыки на спокойную, движения замедляются, дети ложатся на ковер и расслабляются.

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Перестроение в круг из шеренги, цепочки.

## **2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Знакомство с детскими ударными музыкальными инструментами и звучащими предметами (ложки, барабаны, бубны, треугольники, колокольчики и т.д). Правильное положение рук при игре на инструменте и приемы игры на нем. Игра на ложках в станке или в каждой руке по отдельной ложке. Исполнение небольших ритмических упражнений по показу и визуальной опоре, повторение предложенного ритмического рисунка. Соотнесение инструмента с музыкальным произведением и манеры исполнения на нем под звучащее музыкальное произведение. Совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование звучания и пауз.

## **3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки (спокойная, быстрая, медленная). Изменение характера движения в соответствии с изменением динамики (громко, тихо), регистра (высокий, низкий). Изменение направления ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое подпрыгивание — тяжелым, и т. Д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, 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.

## **4. Народные и современные танцевальные движения.**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы народного танца, например, 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. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Выполнение простых современных танцевальных связок по показу\*.

## **2 класс**

### **1. Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны и повороты туловища. Повороты туловища в сочетании с

---

\* Здесь и далее. Включение данных упражнений на усмотрение педагога в соответствии с особенностями обучающихся и/или при наличии материально-технической базы.

движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног (как при маршировке). Сгибание и разгибание стопы в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Выполнение основных движений под музыку на 2/4, 4/4: ходьба, бег, прыжки, поскоки. Отражение хлопками, притопами ритмических рисунков. Сохранение и быстрое изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения. Вступление в движение одновременно с началом звучания музыки и прекращение движения с ее окончанием. Бросание, катание, передача, перекатывание мячей различной величины. Использование скакалки для различных прыжков под музыку\*.

*Упражнения на координацию движений.* Ритмичные упражнения под музыку: перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. Д.). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения.

*Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* 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 враспынную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, переключать с места на место. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.

## **2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Использование детских музыкальных инструментов ранее знакомых (треугольник, бубен, ложки, барабаны, колокольчики) и новых инструментов (металлофон, ксилофон), а также других звучащих предметов (маракас, дудка, погремушка) для передачи сильных и слабых долей в музыкальных произведениях. Использование поочередно нескольких инструментов в одном произведении. Создание и повторение заданного ритмического рисунка и мелодии. Знакомство и различение звучания пластин металлофона или ксилофона. Игра на знакомых музыкальных инструментах простых мелодий, в которых нет больших интервалов (народные песни).

## **3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в импровизации знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Передача различными формами движения (взмахом, прыжком, расслаблением, переменой настроения) динамических акцентов музыки, отрывистости (стаккато), связанности и плавности (легато), восходящей или нисходящей линии мелодии.

## **4. Народные и современные танцевальные движения.**

Основные понятия: "позиция рук", "позиция ног", "линия танца". Тихая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Знакомство с новыми элементами танца и движениями: мягкий бег, перекатный, острый, с

высоким подниманием бедра. Пружинные шаг и бег, полуприседание. Шаг с носка на пятку, скользящий шаг, поскок. Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед, в сторону, назад. Повороты кистей, плавное поднимание рук вперед, вверх, в стороны. Шаги полки вперед, назад. Элементы народного танца, например, русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.

Основные движения народных танцев. Народные пляски и современные танцы с предметами (в том числе и в парах). Танцы, включающие построения и перестроения, притопывания, поскоки, хлопки и т.д. Танцевальные композиции народного танца, выполнение танцевальных движений под современные ритмы.

### **3 класс**

#### ***1.Ритмико-гимнастические упражнения.***

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Выполнение движений под музыку на 3\4. Отражение хлопками, притопами ритмического рисунка мелодии. 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.

Движение с обручем: перехваты, катание, повороты, поднятие, передача из руки в руку\*. Использование скакалки для различных прыжков под музыку\*.

*Упражнения на координацию движений.* Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Самостоятельное составление простых ритмических рисунков\*.

*Упражнения на расслабление мышц.* Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

#### ***2.Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.***

Игра на мелодических и ударных музыкальных инструментах. Ориентировка в пластинах мелодических музыкальных инструментов (металлофоне, ксилофоне). Коллективное исполнение разученных музыкальных произведений с использованием разных музыкальных инструментов исполнение различных ритмов в медленном и быстром темпе. Согласованное звучание инструментов при коллективном исполнении. Упражнения в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности

звучания и пауз, чередование темпов и т.п.). Использование нотной записи для игры на инструментах\*.

### **3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо). Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов, передача в движениях частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружинно, плавно, спокойно, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

### **4. Народные и современные танцевальные движения.**

Элементы танца, простые танцевальные движения: широкий бег, высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп. Элементы народного танца, например, 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. Овладение разными видами хороводных шагов. Хоровод с построениями, перестроениями, которые могут включать построение по диагонали. Современные танцы, состоящие из двух и более танцевальных комплексов.

## **4 класс**

### **1. Ритмико-гимнастические упражнения.**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения, с переходом от умеренного к быстрому или медленному темпу. Отражение хлопками, притопами, разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. Составление простых ритмических рисунков. Выполнение движений под музыку на 3\4.

*Упражнения на координацию движений.* Разнообразные сочетания одновременных и разноименных движений рук, ног, туловища, кистей. Упражнения на сложную координацию движений: выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени (в заданной последовательности и ритме). Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

*Упражнение на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). Постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка), кратковременное удержание позы, расслабление – приседание на корточки с опущенной головой и руками.

*Упражнения на ориентировку в пространстве.* 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 концентрических 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.

## ***2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.***

Использование нотной записи для игры на детских музыкальных инструментах с направляющей помощью педагога. Использование ритмических партитур\*. Коллективная игра на детских ударных и мелодических музыкальных инструментах в ансамбле и оркестре. Воспроизведение различных ритмов в медленном и быстром темпе. Согласованное звучание инструментов в ансамбле и оркестре. Разучивание и исполнение более сложных и длинных музыкальных произведений, разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения).

## ***3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.***

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения своевременно вступить в мелодию начиная движение в разные моменты звучания (в начале, в середине, в конце). Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инценирование песен. Самостоятельный подбор свободных естественных движений под музыку разного характера на определенную тему. Передача различными формами движения крещендо и диминуэндо в музыке, мелодического и ритмического рисунка, темпа, метроритма. Определение регистра звучания и подбор движения соответственно нижнему, среднему и высокому регистру.

## ***4. Народные и современные танцевальные движения.***

Совершенствование танцевальных движений. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Знакомство с новыми элементами народного танца и движениями, например, русская пляска: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением, «ковырялочка». Шаг вальса прямой и с поворотом. Разнообразные сочетания отработанных шагов с движениями рук и хлопками. Различные композиции движений из народных танцев. Хороводы и парные танцы. Упражнения на различение элементов народных танцев. Разучивание и исполнение народных плясок, современных танцев. Элементы мюзикла\*.

## 6. Тематическое планирование

### 1 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Музыка и движения (основные упражнения)	8 часов
2	Движения и речь.	7 часов
3	Музыка и движения (основные упражнения в парах)	4 часа
4	Музыка и танец	6 часов
5	Музыка и танец	8 часов
	Итого	33 часа

### 2 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Музыка и движения	8 часов
2	Музыка и танец	7 часов
3	Музыка и танец	7 часов
4	Музыка, танец и музыкальные инструменты	4 часа
5	Музыка, движение и речь	8 часов
	Итого	34 часа

### 3 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Музыка и движения	8 часов
2	Музыка и танец	7 часов
3	Музыка и народный танец	7 часов
4	Музыка, танец и музыкальные инструменты	4 часа
5	Музыка, движение и речь	8 часов
	Итого	34 часа

### 4 класс

№ урока	Название темы	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
3-4	Общеразвивающие упражнения. Строения перестроения	2
5-9	Танец «Джайв».	5
10-11	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	2
12-13	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	2
14-17	Танец «Джайв»	4

18	Общеразвивающие упражнения. Упражнение на улучшение гибкости	1
19-20	Разминка.	2
21	Упражнения на развитие координации.	1
22-26	Танец «Фигурный вальс»	5
27	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
28	Упражнения на улучшение гибкости.	1
29-33	Танец «Фигурный вальс»	5
34	Урок-смотр знаний	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

## 7. Календарно тематическое планирование

### 1 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
Музыка и движения (основные упражнения) (8 ч).			
1	Вводное занятие.	1	
2-3	«Слушаем и двигаемся»	2	
4-5	«Построения и перестроения»	2	
6	«Шаги»	1	
7	«Попрыгаем»	1	
8	«Повторим» (обобщение).	1	
Движения и речь (7 ч).			
9	«Повторим» (повторение).	1	
10-11	«Построения и перестроения с речевками».	2	
12	«Скажу и сделаю сам».	1	
13	«Скажу и сделаю, послушаю и сделаю».	1	
14-15	«Скажем и сделаем» (обобщение).	2	
Музыка и движения (основные упражнения в парах) (4 ч).			
16	«Скажем и сделаем» (повторение).	1	
17	«Найди пару».	1	
18	«Делаем вместе».	1	
19	«Делаем вместе с речевками».	1	
20	«Танцевальные движения».	1	
21	«Танец «Приглашение».	1	
22-23	«Танец «Всадники» (изучение прямого галопа).	2	
24	«Танец «Всадники» (исполнение).	1	
25	«Потанцуем».	1	
«Музыка и танец» (8 ч).			
26	«Вспомним танцы».	1	
27	«Русская пляска» (шаги).	1	
28	«Русская пляска» (притопы).	1	
29	«Русская пляска»	1	

	(элементы танца).		
30	Танец «Ковырялочка».	1	
31	«Галоп в парах» (элементы танца).	1	
32	«Галоп в парах» (танец).	1	
33	«Потанцуем».	1	

## 2 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
"Музыка и движения" (8 часов)			
1	Повторение пройденного в первом классе	1	
2	Повторение построений, перестроений шагов	1	
3	Повторение танцев	1	
4	Основные позиции рук	1	
5-6	Танец в парах с использованием предметов	2	
7	"Потанцуем"	1	
8	"Повторим"	1	
"Музыка и танец" (7 часов)			
9-10	Танец с использованием предметов	2	
11-13	Танец с построениями и перестроениями	3	
14-15	"Потанцуем"	2	
"Музыка и танец" (7 часов)			
16	Повторение изученных танцев	1	
17-18	Танец с притопываниями и хлопками	2	
19-20	Танец с поскоками	2	
21-22	Танец с предметами	2	
"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 часа)			
23-25	Танец с применением музыкальных инструментов	3	
26	Повторение танцев	1	
"Музыка, движение, речь" (8 часов)			
27-28	Ритмодекламации (под музыку и без музыки)	2	
29-31	Декламация песен под музыку в хороводе	3	
32-33	Танец с предметами	2	
34	Отчетный концерт	1	

**3 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
<b>"Музыка и движения" (8 часов)</b>			
1	Повторение движений, пройденных во втором классе	1	
2-3	Повторение танцев	2	
4-5	Гимнастические композиции в парах	2	
6-7	Гимнастические композиции с построениями и перестроениями	2	
8	"Потанцуем"	1	
<b>"Музыка и танец" (7 часов)</b>			
9-11	Танцевальный шаг польки	3	
12-14	Танцы с разными шагами для хоровода	3	
15	"Потанцуем"	1	
<b>"Музыка и народный танец" (7 часов)</b>			
16	Повторение изученных танцев	1	
17-18	Народный танец с предметами	2	
19-20	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания	2	
21-22	Сложный русский танец	2	
<b>"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 часа)</b>			
23-25	Сложный русский танец с использованием ложек	3	
26	Повторение танцев (1 час)	1	
<b>"Музыка, движение, речь" (8 часов)</b>			
27	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки)	1	
28-30	Декламация песен под музыку в танце	3	
31-32	Танец с индивидуальными выступлениями	2	
33-34	Отчетный концерт	2	

**4 класс**

№ урока	Название темы	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений,	1	

	разучивании танцев.		
2	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1	
3-4	Общеразвивающие упражнения. Строения перестроения	2	
5-9	Танец «Джайв».	5	
10-11	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	2	
12-13	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	2	
14-17	Танец «Джайв»	4	
18	Общеразвивающие упражнения. Упражнение на улучшение гибкости	1	
19-20	Разминка.	2	
21	Упражнения на развитие координации.	1	
22-26	Танец «Фигурный вальс»	5	
27	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1	
28	Упражнения на улучшение гибкости.	1	
29-33	Танец «Фигурный вальс»	5	
34	Урок-смотр знаний	1	
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	

## **8. Материально–техническое обеспечение**

### **Литература**

В качестве учебно-методического обеспечения работы с детьми рекомендуется использовать следующие методические разработки и пособия:

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984. - 288 с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики "Аничков Мост", 2015. - 196 с.
3. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 32 с.
4. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: уч.- мет. пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 104 с.
5. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. -223 с.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.
7. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика; уч. пособие / Под ред. Е.А. Медведевой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 224 с.
8. Овчинникова Т.С., Симкина А.А. Музыка, движение и воспитание. - М.: КАРО; СПб, 2011. - 77с.
9. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. - М.: Дрофа, 1998. - 104 с.

### ***Материально-техническое обеспечение***

- учебный кабинет, спортивный зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании ПШк  
Протокол № 1 от 26.08.2024г.

**ПРИНЯТО**  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол №1  
от 27.08.2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ «СОШ № 5»  
Скиба Париса Михайловна Л.М.Скиба  
Приказ от 27.08.2024г.  
№ 512-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
коррекционного курса  
«Ритмика»  
для обучающихся 1-4 классов  
(АООП НОО с ТНР, вариант 5.1)  
на 2024-2025 учебный год



Бийск  
2024

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» разработана на основе ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, федеральной адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с ТНР (вариант 5.1)

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

Коррекционная работа на занятиях ритмикой базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. На занятиях осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся.

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

**Актуальность** программы сегодня осознаётся всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся. Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

### **Общая характеристика коррекционного курса**

Программа содержит **4 раздела:**

- «Ритмико-гимнастические упражнения»;
- «Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами»;
- «Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»;
- «Народные пляски и современные танцевальные движения».

**Основные направления** работы по ритмике:

– **восприятие музыки** (в исполнении педагога и аудиозаписи): 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 музыки двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки;

– **упражнения на ориентировку в пространстве:** простейшие построения и перестроения (в одну и две линии, в колонну, в цепочку, в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в классе,

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 музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования (кто скорее, кто лучше, кто более и т.д.), игры по ориентировке в пространстве;

– **танцевальные упражнения:** выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев;

– **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.).

### **Формы и методы.**

На занятиях ритмикой программой предусмотрены следующие формы и методы работы:

- словесные методы - являются основной формой обращения педагога к ученикам.
- Наглядные методы (показ, демонстрация).
- Практический метод.

В разделе тематического планирования рабочей программы учтены возможности использования электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами, реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов):

<http://music.edu.ru/>

[classic.chubrik.ru](http://classic.chubrik.ru)

<http://school-collection.edu.ru/>

Рабочая программа рассчитана в 1 классе на 33 часа, во 2-4 классах – по 34 часа (1 час в неделю), что соответствует учебному плану.

**Сроки реализации рабочей учебной программы – 2024-2025 учебный год.**

## **2. Место коррекционного курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 4 года обучения по 1 часу в неделю: 1 класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа в год. Курс реализуется во внеурочной деятельности.

## **3. Ценностные ориентиры содержания коррекционного курса**

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно, также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

#### **4. Планируемые результаты**

##### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

##### **Личностные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- проявление дисциплинированности и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укреплении личного здоровья.
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

##### **Метапредметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

- обеспечение защиты и сохранения личного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;
- планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом индивидуальных возможностей и требования сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.
- формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

##### **Предметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:**

- двигаться в соответствии с характером, темпом и динамикой музыки, отличать начало и конец звучания музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве, легко и ритмично ходить и бегать по кругу, между предметами, воспроизводить несложный ритм и простые движения с предметами, выполнять игровые и плясовые движения, согласовывая движения рук с движениями ног и туловища;
  - выполнять дыхательные упражнения;
- использовать на уроках ритмики умения, полученные на занятиях по музыке и физической культуре;
- уметь себя самопрезентовать в выступлениях перед зрителями.

## 5. Содержание программы по коррекционному курсу

### 1 класс

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

#### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*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.

*Упражнения на координацию движений.* Перекрестное поднимание 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. *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).

#### **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**

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, подбоченившись 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

Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то». Стукалка. Украинская народная мелодия.

Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.

Пляска с султанчиками. Народная мелодия. Пляска с притопами. Гопак.

## **2 класс**

### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. 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.

### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. 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 движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением.

Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьбас приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев. Танцы пляски Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек». Парная пляска. Чешская народная мелодия. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

### **3 класс**

### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: 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 и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). 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. Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

## **ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

## **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Повторение элементов танца по программе 2 класса. 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.

### **4 класс**

#### **Упражнения на ориентировку в пространстве**

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 концентрических 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. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения**

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение на расслабление мышц. 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).

#### **Игры под музыку**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### **Танцевальные упражнения**

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

## 6. Тематическое планирование

### 1 класс

№ урока	Название темы	Количество часов
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия	1
2	Разминка. Поклон. Упражнения на координацию	1
3	Постановка корпуса. Основные правила	1
4-5	Позиции рук. Позиции ног. Основные правила	2
6	Общеразвивающие упражнения: Бег, подскоки	1
7	Ритмико-гимнастические упражнения	1
8	Движения на развитие координации. Бег и подскоки	1
9	Разминка ,гимнастика, упражнения на координацию	1
10-11	Движения по линии танца	2
12	Игры под музыку. Комбинация «Гуси»	1
13	Комбинация «Слоник»	1
14	Индивидуальные задания	1
15	Ритмико-гимнастические упражнения	1
16	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
17-19	Позиции в паре. Основные правила. Танец “Диско”. Элементы танца	3
20-21	Упражнения для улучшения гибкости	2
22-23	Комбинация «Ладшки»	2
24-25	Тренировочный танец «Стирка»	2
26	Ритмико-гимнастические упражнения	1
27-30	Разминка. Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений	4
31	Общеразвивающие упражнения. Движение по линии танца, перестроения	1
32	Репетиция танца	1
33	Урок-смотр знаний	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>33</b>

### 2 класс

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев	1
2-3	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	2
4-5	Общеразвивающие упражнения. Шаги на каждую четверть, простые шаги	2
6-10	Танец «Полька»	5
11-12	Тренировочный танец “Ладшки”. Основные движения, переходы в позиции рук	2

13	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
14-15	Движения по линии танца	2
16-20	Танец «Вару – Вару»	5
21-24	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка	4
25	Общеразвивающие упражнения. Направление движения, углы поворотов	1
26-30	Танец «Диско»	5
31	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
32	Движения по линии танца	1
33	Индивидуальное творчество «Я – герой любимой сказки»	1
34	Урок-смотр знаний	1
	Итого	34

### 3 класс

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	1 Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев	1
2-3	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию.	2
4-5	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на улучшение гибкости	2
6	Ритмико-гимнастические упражнения	1
7-11	Танец «Вару-Вару»	5
12	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
13-15	Упражнения на развитие координации движений	3
16-20	Танец «Сударушка»	5
21	Разминка Гимнастика, упражнения на координацию	1
22-23	Общеразвивающие упражнения. Приставные шаги, комбинации из шагов	2
24-25	Упражнения на координацию движений	2
26-30	Танец «Самба»	5
31	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку)	1
32	Общеразвивающие упражнения. Свободные комбинации	1
33	Индивидуальное творчество	1
34	Урок-смотр знаний	1
	Итого	34

### 4 класс

№ урока	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1

2	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
3-4	Общеразвивающие упражнения. Строения перестроения	2
5-9	Танец «Джайв».	5
10-11	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	2
12-13	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	2
14-17	Танец «Джайв»	4
18	Общеразвивающие упражнения. Упражнение на улучшение гибкости	1
19-20	Разминка.	2
21	Упражнения на развитие координации.	1
22-26	Танец «Фигурный вальс»	5
27	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1
28	Упражнения на улучшение гибкости.	1
29-33	Танец «Фигурный вальс»	5
34	Урок-смотр знаний	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

## 7. Календарно-тематическое планирование

### 1 класс

№ п/п	Тема урока	Дата проведения	Примечание
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия		
2	Разминка. Поклон. Упражнения на координацию		
3	Постановка корпуса. Основные правила		
4	Позиции рук. Позиции ног. Основные правила		
5	Позиции рук. Позиции ног. Основные правила		
6	Общеразвивающие упражнения: Бег, подскоки		
7	Ритмико-гимнастические упражнения		
8	Движения на развитие координации. Бег и подскоки		
9	Разминка, гимнастика, упражнения на координацию		
10	Движения по линии танца		
11	Движения по линии танца		
12	Игры под музыку. Комбинация «Гуси»		
13	Комбинация «Слоник»		
14	Индивидуальные задания		
15	Ритмико-гимнастические упражнения		
16	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию		
17	Позиции в паре. Основные правила. Танец «Диско». Элементы танца		
18	Позиции в паре. Основные правила. Танец «Диско». Элементы танца		
19	Позиции в паре. Основные правила. Танец «Диско». Элементы танца		
20	Упражнения для улучшения гибкости		
21	Упражнения для улучшения гибкости		
22	Комбинация «Ладшки»		
23	Комбинация «Ладшки»		
24	Тренировочный танец «Стирка»		
25	Тренировочный танец «Стирка»		
26	Ритмико-гимнастические упражнения		
27	Разминка. Основные движения танца «Полька». Разучивание движений		
28	Разминка. Основные движения танца		

	“Полька”. Разучивание движений		
29	Разминка. Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений		
30	Разминка. Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений		
31	Общеразвивающие упражнения. Движение по линии танца, перестроения		
32	Репетиция танца		
33	Урок-смотр знаний		

## 2 класс

№ п/п	Тема урока	Дата	Примечание
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев		
2	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию		
3	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию		
4	Общеразвивающие упражнения. Шаги на каждую четверть, простые шаги		
5	Общеразвивающие упражнения. Шаги на каждую четверть, простые шаги		
6	Танец «Полька»		
7	Танец «Полька»		
8	Танец «Полька»		
9	Танец «Полька»		
10	Танец «Полька»		
11	Тренировочный танец “Ладочки”. Основные движения, переходы в позиции рук		
12	Тренировочный танец “Ладочки”. Основные движения, переходы в позиции рук		
13	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию		
14	Движения по линии танца		
15	Движения по линии танца		
16	Танец «Вару – Вару»		
17	Танец «Вару – Вару»		
18	Танец «Вару – Вару»		
19	Танец «Вару – Вару»		
20	Танец «Вару – Вару»		
21	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка		

22	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка		
23	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка		
24	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка		
25	Общеразвивающие упражнения. Направление движения, углы поворотов		
26	Танец «Диско»		
27	Танец «Диско»		
28	Танец «Диско»		
29	Танец «Диско»		
30	Танец «Диско»		
31	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию		
32	Движения по линии танца		
33	Индивидуальное творчество «Я – герой любимой сказки»		
34	Урок-смотр знаний		

### 3 класс

№ п/п	Тема урока	Дата	Примечание
1	1 Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев		
2	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию		
3	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию		
4	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на улучшение гибкости		
5	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на улучшение гибкости		
6	Ритмико-гимнастические упражнения		
7	Танец «Вару-Вару»		
8	Танец «Вару-Вару»		
9	Танец «Вару-Вару»		
10	Танец «Вару-Вару»		
11	Танец «Вару-Вару»		
12	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию		
13	Упражнения на развитие координации движений		
14	Упражнения на развитие координации движений		

15	Упражнения на развитие координации движений		
16	Танец «Сударушка»		
17	Танец «Сударушка»		
18	Танец «Сударушка»		
19	Танец «Сударушка»		
20	Танец «Сударушка»		
21	Разминка Гимнастика, упражнения на координацию		
22	Общеразвивающие упражнения. Приставные шаги, комбинации из шагов		
23	Общеразвивающие упражнения. Приставные шаги, комбинации из шагов		
24	Упражнения на координацию движений		
25	Упражнения на координацию движений		
26	Танец «Самба»		
27	Танец «Самба»		
28	Танец «Самба»		
29	Танец «Самба»		
30	Танец «Самба»		
31	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку)		
32	Общеразвивающие упражнения. Свободные комбинации		
33	Индивидуальное творчество		
34	Урок-смотр знаний		

#### 4 класс

№ урока	Название темы	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1	
2	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1	
3-4	Общеразвивающие упражнения. Строения перестроения	2	
5-9	Танец «Джайв».	5	
10-11	Разминка. Гимнастика, упражнения на	2	

	координацию		
12-13	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	2	
14-17	Танец «Джайв»	4	
18	Общеразвивающие упражнения. Упражнение на улучшение гибкости	1	
19-20	Разминка.	2	
21	Упражнения на развитие координации.	1	
22-26	Танец «Фигурный вальс»	5	
27	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	1	
28	Упражнения на улучшение гибкости.	1	
29-33	Танец «Фигурный вальс»	5	
34	Урок-смотр знаний	1	
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	

### 8. Материально–техническое обеспечение

- учебный кабинет, спортивный зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании ППк  
Протокол № 1 от 26.08.2024г.

**ПРИНЯТО**  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол №1  
от 27.08.2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ «СОШ № 5»  
Скиба Лариса Михайловна  
Подписано в цифровой форме:  
Скиба Лариса Михайловна  
Дата: 2024.08.27 11:46:29 ZSP  
Л.М.Скиба  
Приказ от 27.08.2024г.  
№ 512-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**коррекционного курса**  
**«Двигательная коррекция»**  
**для обучающихся 1-4 классов**  
**по АООП НОО с НОДА (вариант 6.1)**  
**на 2024-2025 учебный год**



**Бийск 2024 г.**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Федеральная рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательная коррекция» на уровне начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) по варианту 6.1 составлена на основе следующих нормативно - правовых документов: Федерального закона Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями); Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1598); Приказа Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»; Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления обучающихся и молодёжи»; Приказа Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. №115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями).

**Цель** реализации коррекционного курса состоит в обеспечении индивидуальной коррекции двигательных нарушений у обучающихся с НОДА.

**Основными задачами коррекционного курса «Двигательная коррекция» являются:**

- развитие двигательной активности;
- нормализация тонуса мышц, обучение подавлять усиленное проявление позотонических реакций;
- содействие становлению и оптимальному проявлению статокинетических рефлексов;
- предупреждение и преодоление патологических установок конечностей, вызывающих деформации в суставах;
- предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающегося
- улучшение состояния опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма;
- развитие общей моторики и коррекция ее нарушений;
- развитие функциональных возможностей кистей и пальцев рук и коррекция их нарушений;
- улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений;
- развитие кинестетической чувствительности,
- обогащение сенсомоторного опыта;
- развитие зрительно-двигательной координации;
- развитие пространственных представлений, формирование схемы тела;
- формирование сферы жизненной компетенции.

Основные задачи реализации содержания курса связаны с обеспечением коррекции двигательных нарушений в зависимости от индивидуальных особенностей и тяжести поражения опорно-двигательного аппарата.

**Принципами реализации коррекционного курса «Двигательная коррекция» являются:**

*принцип единства диагностики и коррекции*

До начала реализации рабочей программы необходимо изучить результаты обследования различных специалистов сопровождения, а также организовать и провести комплексное диагностическое обследование с целью выявления особенностей развития обучающихся с НОДА. В начале, в середине и в конце учебного года следует проводить диагностику уровня сформированности двигательной сферы всех детей. При анализе результатов обследования и планировании коррекционной работы следует учитывать структуру двигательного нарушения, время поражения, медицинский прогноз, показания и противопоказания к применению двигательной коррекции.

*принцип учета индивидуальных особенностей развития, обучающегося с НОДА с учетом разнообразия выявленных нарушений*

При реализации данного принципа необходимо учитывать индивидуальный уровень развития общей моторики и функциональных возможностей кистей и пальцев рук, индивидуальные психофизические особенности развития обучающихся с НОДА, показания и противопоказания к тем или иным видам упражнений. Особое внимание следует уделять детям, имеющим тяжелые двигательные нарушения. Индивидуальный подход следует учитывать в разноуровневой системе заданий, их вариативности, а также при выборе направления работы по двигательной коррекции.

*принцип вариативности*

При реализации данного принципа необходимо использовать возможность сосуществования различных подходов к отбору содержания и технологий двигательной коррекции, при этом следует сохранять инвариантный минимум обучения обучающихся с НОДА с учетом двигательных возможностей.

*принцип доступности*

Данный принцип предполагает выбор средств, методов и методических приемов, сбалансированных психофизических нагрузок, соответствующих индивидуальным особенностям обучающихся с НОДА и его функциональному состоянию.

*принцип коррекционной направленности образовательного процесса*

Предполагает, что педагогическое воздействие, должно быть направлено не только на преодоление, сглаживание двигательных и психических нарушений, но и на развитие познавательной деятельности, психических процессов, физических способностей и нравственных качеств.

*принцип систематичности и последовательности*

Данный принцип означает не только систематичность занятий по коррекции нарушенных двигательных функций, но и организацию коррекционного процесса, в котором преподавание и освоение учебного материала идет в определенном порядке и подчинено соответствующей системе.

*принцип преемственности*

Данный принцип предполагает создание единого образования при переходе от начального общего образования к основному, принцип реализует связь программы коррекционной работы с программой начального общего образования, что обеспечивает непрерывность образования обучающихся с НОДА.

*принцип комплексности*

Данный принцип предполагает комплексную помощь всех педагогических работников в сотрудничестве с семьей обучающегося с НОДА при коррекции двигательных нарушений.

*принцип развивающей направленности образовательного процесса*

Ориентирует на развитие личности младшего школьника с двигательными нарушениями и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей лиц указанной категории.

*Теоретико-методологической основой* Программы коррекционного курса является взаимосвязь трех подходов:

- комплексного, которая предусматривает учет психолого-медико-педагогических особенностей развития обучающихся с НОДА и оказания комплексной помощи при коррекции двигательных нарушений;
- нейропсихологического, выявляющего причины, лежащие в основе трудностей овладения образовательной программой;
- междисциплинарного, позволяющего осуществлять совместную деятельность всех специалистов сопровождения

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

Федеральная рабочая программа по коррекционному курсу учитывает психолого-возрастные особенности развития обучающихся младшего школьного возраста с НОДА. Необходимость реализации данного коррекционного курса обусловлена наличием целого ряда нарушений общей моторики и функциональных возможностей кистей и пальцев рук у обучающихся с НОДА. Последние данные о контингенте обучающихся с НОДА свидетельствуют о том, что более 80% среди них составляют обучающиеся с клиническим диагнозом «детский церебральный паралич» (ДЦП), в связи с этим основное внимание в данной программе уделено двигательной коррекции при данном заболевании. Остальные нарушения встречаются значительно реже, часть из них обусловлены органическим поражением центральной нервной системы, которая определяет клиническую картину схожую с ДЦП. Поэтому с обучающимися с другими клиническими заболеваниями данную программу целесообразно использовать с учетом показаний и противопоказаний, указанных в медицинской документации.

Двигательные нарушения при НОДА выражаются в поражении верхних и нижних конечностей; страдает мелкая моторика, мышцы артикуляционного аппарата, мышцы – глазодвигатели. Некоторые обучающиеся не удерживают вертикального положения сидя и стоя, могут передвигаться только в коляске, у большинства обучающихся дефектная походка, многие используют костыли, трости и т.д. Часто у обучающихся правые конечности поражаются больше левых, они вынуждены пользоваться правой рукой как ведущей. Тонкие движения пальцев неразвиты практически у всех детей. Двигательные нарушения, в свою очередь, оказывают неблагоприятное влияние на формирование психических функций и речи.

Разнообразие двигательных нарушений у обучающихся с НОДА обусловлено действием ряда факторов, непосредственно связанных со спецификой нарушения. Важнейшими из них являются:

### 1. Нарушение мышечного тонуса.

У обучающихся с НОДА отмечаются различные нарушения мышечного тонуса (по типу спастичности, ригидности, гипотонии, дистонии).

Спастичность - повышение мышечного тонуса. Мышцы в этом случае напряжены, что связано с поражением пирамидной системы. Характерно нарастание мышечного тонуса при попытках произвести то или иное движение (особенно при вертикальном положении тела). Нарушение мышечного тонуса по типу спастичности наиболее часто наблюдается при спастической диплегии и гемипаретической форме ДЦП.

При ригидности мышцы напряжены, находятся в состоянии тетануса (максимальное повышение мышечного тонуса). Ригидность - напряжение тонуса мышц-антагонистов и агонистов, при котором нарушается плавность и слаженность мышечного взаимодействия. Это происходит при тяжелом поражении экстрапирамидной (подкорковой) системы. Нарушение мышечного тонуса по типу ригидности отмечается при двойной гемиплегии.

При гипотонии (низкий мышечный тонус) мышцы конечностей и туловища дряблые, вялые, слабые. Объем пассивных движений значительно больше нормального. Понижение тонуса мышц во многом связано с недостаточной функцией мозжечка и вестибулярного анализатора. При этом отмечается нарушение статики, несоразмерность движений, походка

с покачиванием и потерей равновесия; обучающийся сидит согнувшись, не удерживается в вертикальном положении. Гипотония особенно выражена при атонически-астатической форме ДЦП и у обучающихся с гиперкинетической формой ДЦП на первом году жизни.

При нарушении регуляции мышечного тонуса со стороны подкорковых структур возникает дистония. Дистония - меняющийся характер мышечного тонуса. Мышечный тонус в этом случае отличается непостоянством. В покое мышцы расслаблены, при попытках к движению тонус резко нарастает. В результате этого движение может оказаться невозможным. Дистония наблюдается при гиперкинетической форме церебрального паралича.

При смешанных формах церебрального паралича может отмечаться сочетание различных вариантов нарушений мышечного тонуса. Характер этого сочетания может меняться с возрастом. Нарушения мышечного тонуса могут широко варьировать от грубых до практически приближающихся к нормальному мышечному тонусу.

2. Ограничение или невозможность произвольных движений (парезы и параличи). В зависимости от тяжести поражения мозга может наблюдаться полное или частичное отсутствие тех или иных движений. Полное отсутствие произвольных движений, обусловленное поражением двигательных зон коры головного мозга и проводящих двигательных (пирамидных) путей головного мозга, называется центральным параличом, а ограничение объема движений - центральным парезом. Ограничение объема произвольных движений обычно сочетается со снижением мышечной силы. Обучающийся затрудняется или не может поднять руки вверх, вытянуть их вперед, в стороны, согнуть или разогнуть ногу. Все это затрудняет развитие важнейших двигательных функций и прежде всего манипулятивной деятельности и ходьбы.

Для центрального паралича характерно повышение мышечного тонуса, поэтому даже при гипотонии или дистонии у обучающихся с НОДА отмечается повышение мышечного тонуса в отдельных мышечных группах. При парезах страдают в первую очередь наиболее тонкие и дифференцированные движения, например, изолированные движения пальцев рук.

3. Наличие насильственных движений. Для многих нарушений НОДА характерны насильственные движения, которые могут проявляться в виде гиперкинезов и тремора.

Гиперкинезы - непроизвольные насильственные движения, обусловленные переменным тонусом мышц, с наличием неестественных поз и незаконченных двигательных актов. Они могут наблюдаться в покое и усиливаться при попытках произвести движения, во время волнения. Гиперкинезы всегда затрудняют осуществление произвольного двигательного акта, а порой делают его невозможным. Насильственные движения могут быть выражены в мышцах артикуляционного аппарата, шеи, головы, различных отделов конечностей. Гиперкинезы характерны для гиперкинетической формы ДЦП и гиперкинетического синдрома, который может осложнять все формы заболевания. Тип гиперкинеза зависит от локализации поражения в экстрапирамидной системе.

Тремор - дрожание конечностей (особенно пальцев рук и языка). Тремор проявляется при целенаправленных движениях (например, при письме). В конце целенаправленного движения тремор усиливается. Тремор характерен для поражения мозжечковой системы. Наблюдается при атонически-астатической форме ДЦП и при других формах, осложненных атактическим (мозжечковым) синдромом.

4. Нарушения равновесия и координации движений (атаксия).

Несформированность реакций равновесия и координации проявляется как в статике, так и в локомоции. Наблюдается туловищная атаксия в виде неустойчивости при сидении, стоянии и ходьбе. В тяжелых случаях обучающийся не может сидеть или стоять без поддержки. Нарушения равновесия проявляются при открытых и закрытых глазах. Нарушения локомоции проявляются в виде неустойчивости походки: для компенсации дефекта дети ходят на широко расставленных ногах, пошатываясь, отклоняясь в сторону. Нарушения координации проявляются в неточности, несоразмерности движений (прежде

всего рук). Обучающийся не может точно захватить предмет и поместить его в заданное место; при выполнении этих движений он промахивается, у него наблюдается тремор (мелкое дрожание пальцев рук). Нарушена координация тонких, дифференцированных движений. В результате обучающийся испытывает трудности в манипулятивной деятельности и на письме. Такие обучающиеся затрудняются бросить мяч в цель, поймать его. Недостаточность реакций равновесия и координации характерна для атонически-астатической формы ДЦП, когда поражена мозжечковая система.

#### 5. Нарушение ощущений движений (кинестезий).

Овладение двигательными функциями тесно связано с ощущением движений. Ощущение движений осуществляется с помощью специальных чувствительных клеток (проприоцепторов), расположенных в мышцах, сухожилиях, связках, суставах и передающих в центральную нервную систему информацию о положении конечностей и туловища в пространстве, степени сокращения мышц. Эти ощущения называют мышечно-суставным чувством. Нарушение ощущений движений еще более обедняет двигательный опыт обучающегося, способствует развитию однообразия в совершении отдельных движений и их стереотипизации, задерживает формирование тонких координированных движений. Нарушения ощущений движений особенно выражены при гиперкинетической и атонически-астатической формах ДЦП.

#### 6. Недостаточное развитие цепных установочных выпрямительных (стато-кинетических) рефлексов.

Стато-кинетические рефлекс обеспечивают формирование вертикального положения тела обучающегося и произвольной моторики (установочный лабиринтный рефлекс с головы на шею, рефлекс Ландау, установочный цепной шейный асимметричный рефлекс и др.). При недоразвитии этих рефлексов обучающемуся трудно удерживать в нужном положении голову и туловище. В результате он испытывает трудности в овладении навыками самообслуживания, трудовыми и учебными операциями.

#### 7. Синкинезии.

Синкинезии - это непроизвольные содружественные движения, сопровождающие выполнение активных произвольных движений. Выделяют имитационные и координаторные синкинезии. Имитационные синкинезии чаще всего проявляются при гемипарезах, когда обучающийся выполняет движения здоровой рукой вместо попытки действовать пораженной; или, при попытке взять предмет одной рукой происходит сгибание другой руки. Координационные синкинезии возникают тогда, когда больной не может выполнять отдельное движение изолированно, а только как часть более сложного двигательного акта. Например, он не может разогнуть согнутые пальцы рук, а при выпрямлении всей руки пальцы разгибаются.

У обучающихся с церебральным параличом отмечаются также *оральные синкинезии*, которые проявляются в том, что при попытках к активным движениям или при их выполнении происходит непроизвольное открывание рта.

#### 9. Патологические тонические рефлекс.

При НОДА в частности при ДЦП отмечается запаздывание в угасании врожденных двигательных автоматизмов, к которым и относятся позотонические рефлекс. Их центрами являются нижележащие спинальные и стволовые отделы головного мозга. Высшие интегративные двигательные центры при ДЦП не оказывают тормозящего влияния на нижележащие отделы мозга. Выраженность активного функционирования нижележащих мозговых структур проявляется в патологическом усилении позотонических рефлекс, задерживает созревание высших интегративных центров коры, регулирующих произвольные движения, речь и другие корковые функции. Тонические рефлекс активизируются и сосуществуют с патологическим мышечным тонусом и другими двигательными нарушениями. Их выраженность препятствует последовательному развитию реакций выпрямления и равновесия, которые являются основой для развития произвольных двигательных навыков и умений. Патологически усиленные позотонические

рефлексы не только нарушают последовательный ход развития двигательных функций, но и являются одной из причин формирования патологических поз, движений, контрактур и деформаций у обучающихся с церебральным параличом.

Выраженность тонических рефлексов обычно отражает тяжесть заболевания. Выраженность тонических рефлексов и повышенного мышечного тонуса создает патологическую проприоцептивную афферентацию. В мозг обучающегося поступают афферентные импульсы от патологических поз и движений. Это задерживает и нарушает развитие всех произвольных движений и речи. Тонические рефлексы оказывают влияние на мышечный тонус артикуляционного аппарата. Лабиринтный тонический рефлекс повышает тонус мышц корня языка, в результате затрудняется формирование голосовых реакций. При выраженности асимметричного тонического рефлекса мышечный тонус в артикуляционной мускулатуре повышается асимметрично: он больше повышается на стороне, противоположной повороту головы обучающегося. В этом случае затрудняется звукопроизношение. Симметричный шейный тонический рефлекс повышает мышечный тонус спинки и кончика языка; при этом кончик языка плохо выражен. Этот рефлекс затрудняет дыхание, голосообразование, произвольное открывание рта, продвижение языка вперед и вверх. Подобные нарушения артикуляционного аппарата затрудняют формирование голосовой активности и звукопроизносительной стороны речи. Голос таких обучающихся тихий, слабый, маломодулированный, назализированный (с носовым оттенком).

Все описанные выше нарушения не только затрудняют формирование статических и локомоторных функций у обучающихся с церебральным параличом, но и существенно затрудняют процесс обучения.

В ходе реализации данного коррекционного курса необходимо учитывать степени выраженности двигательных нарушений у обучающихся с НОДА:

*При тяжелой степени* обучающийся не овладевает навыками ходьбы и манипулятивной деятельностью. Он не может самостоятельно обслуживать себя.

*При средней степени* двигательных нарушений обучающиеся овладевают ходьбой, но передвигаются неуверенно, часто с помощью специальных приспособлений (костылей, канадских палочек и т.д.). Они не в состоянии самостоятельно передвигаться по городу, ездить на транспорте. Навыки самообслуживания у них развиты не полностью из-за нарушений манипулятивной функции.

*При легкой степени* двигательных нарушений обучающиеся ходят самостоятельно, уверенно как в помещении, так и за его пределами. Могут самостоятельно ездить на городском транспорте. Они полностью себя обслуживают, у них достаточно развита манипулятивная деятельность. Однако у больных могут наблюдаться неправильные патологические позы и положения, нарушения походки, движения недостаточно ловкие, замедленные. Снижена мышечная сила, имеются недостатки мелкой моторики.

Двигательные нарушения у обучающихся с церебральным параличом представляют собой своеобразную аномалию моторного развития, которая без соответствующей коррекции оказывает неблагоприятное влияние на весь ход формирования нервно-психических функций обучающегося. Таким образом, двигательные расстройства у обучающихся с церебральным параличом отрицательно влияют на весь ход их психического развития.

При стимуляции двигательных функций рекомендуется обязательно учитывать возраст ребенка, уровень его интеллектуального и речевого развития, его интересы, особенности поведения.

Важной предпосылкой двигательной коррекции обучающихся с НОДА является совмещение педагогических и лечебных воздействий с учетом не только двигательных, но и других осложняющих расстройств. У существенной части обучающихся с НОДА отмечаются речедвигательные нарушения, обуславливающие недостаточную разборчивость речи, что приводит к коммуникативным затруднениям и мешает освоению программы.

Для многих обучающихся с НОДА характерно наличие страхов. Страх может возникнуть при простых тактильных раздражениях. У некоторых обучающихся с НОДА отмечается боязнь высоты, закрытых дверей, темноты, новых предметов. Страх вызывает резкие изменения в общем состоянии обучающегося с НОДА (учащается пульс, нарушается дыхание, повышается мышечный тонус, появляется потливость, усиливаются насильственные движения, может подняться температура, усилиться бледность кожных покровов). Все эти нарушения ослабляют организм обучающегося с НОДА, поэтому они растут слабыми, часто болеют простудными заболеваниями, а по физическому развитию значительно отстают от здоровых сверстников. Физическая ослабленность сочетается с повышенной психической истощаемостью, в результате чего одни вялы, бездеятельны, пассивны, другие, напротив, легко возбудимы, плаксивы.

К числу осложняющих расстройств относятся стойкие вегетативно-сосудистые и соматические нарушения: усиленная потливость, сосудистые спазмы как реакция на малейшее охлаждение и болезненное раздражение (бледность, похолодание конечностей и т. д.). Особое внимание следует обратить на обучающихся с НОДА, у которых в анамнезе отмечается наличие судорог, документальных клинических данных, свидетельствующих о наличии судорожной готовности. Коррекция двигательных нарушений с такими детьми должна планироваться только после консультации с неврологом.

Таким образом, обучающиеся с НОДА — это лица с сочетанием нарушений, среди которых ведущими являются двигательные расстройства. Ранняя и систематическая коррекция двигательных нарушений, осуществляемая в едином комплексе лечебно-педагогических мероприятий, способствует предупреждению и преодолению многих осложняющих нарушений и выявлению компенсаторных возможностей детского мозга. Особую роль в этом процессе играет коррекционный курс «Двигательная коррекция».

При планировании содержания данного коррекционного курса важно знать не только приемы стимуляции моторной активности и развития двигательных навыков и умений, но и те движения и положения конечностей, которых необходимо избегать в процессе занятий и в повседневной деятельности обучающегося с НОДА. Большинство упражнений лучше всего предлагать в виде увлекательных для ребенка игр, побуждая его к подсознательному выполнению желаемых активных движений. В ходе реализации данного курса недопустимо: длительная задержка дыхания при выполнении всех видов упражнений; упражнения с длительным статическим напряжением; упор и висы (для обучающихся с НОДА с локализацией в верхнем плечевом поясе); упражнения, развивающие подвижность в суставах (при артродезах суставов); формирование приведения и наружной ротации бедра (при вывихе бедра и после его вправления); наклоны и повороты туловища с большой амплитудой (после фиксации позвоночника).

Недопустимо также переутомление обучающихся с НОДА. Целесообразно широко использовать все способы регулирования физических нагрузок путем изменения исходного положения, количества повторений упражнений, темпа, уменьшения или увеличения амплитуды движения, введения дыхательных упражнений.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, предполагающих включение различных анализаторов в процессе двигательной коррекции, смену видов деятельности, исходя из индивидуальных психофизиологических особенностей и уровня работоспособности обучающихся, деятельностный подход в процессе усвоения учебного материала. В ходе реализации данного коррекционного курса важное значение имеет использование комплексных афферентных стимулов: зрительных (проведение упражнений перед зеркалом), тактильных (применение различных приемов массажа; ходьба босиком по песку и камешкам; щеточный массаж), проприоцептивных (специальные упражнения с сопротивлением, чередование упражнений с открытыми и закрытыми глазами), температурных (локальное использование

льда, упражнения в воде с изменением ее температуры) . При выполнении движений широко используются также звуковые и речевые стимулы.

Особо важное значение имеет четкая речевая инструкция и сопровождение движений стихами, что развивает целенаправленность действий, создает положительный эмоциональный фон, улучшает понимание обращенной речи, обогащает словарь.

Курс «Двигательная коррекция» может быть представлен реабилитационными мероприятиями лечебно-восстановительного характера, такими как массаж, ЛФК, лечебное плавание, физиотерапевтическое лечение и др. (при наличии в образовательной организации лицензии на медицинскую деятельность и соответствующих возможностей или в рамках сетевого взаимодействия).

Коррекционный курс может быть реализован в форме индивидуальных и групповых занятий. В ходе комплектования групп следует учитывать возраст, диагноз и клинические особенности заболевания. Выбор содержания занятий для конкретных обучающихся с НОДА, их количественное соотношение определяется организацией самостоятельно, исходя из их психофизических особенностей и особых образовательных потребностей.

Коррекция и компенсация двигательных нарушений, обучающихся реализуется в соответствии с медицинскими рекомендациями учителями адаптивной физической культуры и или при наличии в образовательной организации инструктора ЛФК- инструктором ЛФК.

Полученные результаты закрепляются на уроках по адаптивной физической культуре, технологии и на внеклассных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

Противопоказаниями к занятиям коррекционного курса «Двигательная коррекция» являются: острые инфекционные и воспалительные заболевания с высокой температурой тела и общей интоксикацией; острый период заболевания и его прогрессирующее течение; болезни, сопровождающиеся возможностью кровотечения; болезни, связанные с повышенной ломкостью костей, значительно выраженный болевой синдром.

### **Место коррекционного курса в учебном плане**

Коррекционно-развивающая область, согласно требованиям ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, является частью внеурочной деятельности и представлена индивидуальными и групповыми занятиями. Группы комплектуются с учетом однородности и выраженности двигательных нарушений. Наполняемость групп – 2-4 обучающихся с НОДА.

Курс «Двигательная коррекция» относится к курсам коррекционно-развивающей области, реализуемым в ОО. Реализуется 1 раз в неделю:

1 класс -33 часа, 2- классы – по 34 часа (1 раз в неделю)

Рекомендуется занятия по коррекционному курсу проводить по следующей схеме:

1 Вводная часть, направленная на стимуляцию двигательной активности. Она общая для всех обучающихся с НОДА. Может включать упражнения в усиленном дыхании, для развития подвижности, выработки адекватных двигательных реакций, формирования пространственной ориентировки, запоминания последовательных операций в комплексе двигательного акта.

2 Основная часть. Каждый обучающийся с НОДА выполняет свой комплекс упражнений. Педагог следит за работой обучающихся с двигательными нарушениями и по очереди помогает им в выполнении наиболее трудных элементов задания. Выполнение индивидуальных заданий чередуется с совместными действиями, необходимыми для всех занимающихся в группе.

3 Заключительная часть. Может проводиться фронтально, но необходим индивидуальный подход с учетом нарушения каждого обучающегося с НОДА. Включает задания по развитию манипулятивных функций, коррекции движений, необходимых для формирования учебных навыков, задания по выработке и коррекции бытовых навыков, задания по коррекции ходьбы.

На занятиях рекомендуется использование различного реального и игрового оборудования, адаптированного к двигательным возможностям обучающихся с НОДА.

*Направления коррекционной работы в рамках реализации коррекционного курса.*

*«Двигательная коррекция»*

Программа коррекционного курса включает в себя взаимосвязанные направления работы, отражающие ее основное содержание:

1. *Диагностическое направление* предполагает, как проведение диагностических процедур, так и анализ их результатов с целью учета полученных данных в организации и реализации коррекционного курса и реализуется посредством:

- изучения и анализа данных, представленных ПМПК , ППк, медицинских заключений на каждого обучающегося с НОДА;
- изучения социальной ситуации развития и условий семейного воспитания, обучающегося с НОДА;
- наблюдения за обучающимся с НОДА с целью выявления двигательных трудностей;
- проведение обследования обучающихся с НОДА с целью выявления особых образовательных (в том числе и индивидуальных) потребностей;
- осуществление текущей диагностики, позволяющей получать информацию о состоянии двигательного статуса обучающихся с НОДА, о его продвижении в овладении двигательными умениями и навыками;
- мониторинг достижений планируемых результатов, обучающихся в освоении коррекционного курса.

2. *Коррекционно-развивающее направление* предполагает обеспечение благоприятных условий с целью коррекции двигательных нарушений каждого обучающегося с НОДА, овладение двигательными умениями и навыками, необходимыми для двигательного развития, что реализуется посредством:

- создания образовательной среды, способствующей двигательному развитию каждого обучающегося с НОДА;
- проведения занятий по двигательной коррекции с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с НОДА;
- закрепления и развития, сформированных в процессе групповой и индивидуальной коррекционной работы умений, навыков двигательной деятельности в урочной, внеурочной и внешкольной деятельности;
- реализации мероприятий, способствующих двигательной коррекции с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с НОДА;
- корректирования программы коррекционного курса с учетом результатов диагностических исследований;
- реализации комплексных (с учетом данных, полученных от различных специалистов) рекомендаций по вопросам двигательной коррекции обучающихся с НОДА.

3. *Консультативное направление* обеспечивает непрерывность коррекционной поддержки обучающихся с НОДА в образовательном процессе и повседневной жизни, что реализуется посредством:

- взаимодействия с родителями (законными представителями) по коррекции двигательных нарушений, обучающихся с НОДА (в том числе и по вопросам создания необходимых специальных образовательных условий для коррекции двигательных нарушений, по вопросам соблюдения ортопедического режима);
- проведения консультаций участников образовательного процесса по коррекции двигательных нарушений, обучающихся с НОДА;

- разработки комплексных (с учетом данных, полученных от различных специалистов) рекомендаций по удовлетворению особых образовательных (в том числе и индивидуальных) потребностей обучающегося с НОДА и оказание консультативной поддержки родителям (законным представителям), педагогическим работникам в их реализации.

4. *Информационно-просветительское* направление предусматривает повышение компетентности всех участников образовательного процесса по коррекции двигательных нарушений, обучающихся с НОДА, что реализуется посредством вооружения педагогических работников и родителей (законных представителей) необходимыми знаниями и умениями. Реализация данного направления предусматривает использование различных форм работы: лекций, вебинаров, бесед, тренингов, семинаров.

5. *Аналитическое направление* предусматривает осмысление итогов деятельности по коррекции двигательных нарушений, планирование работы на следующий год.

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ «ДВИГАТЕЛЬНАЯ КОРРЕКЦИЯ»**

Содержание коррекционно-развивающей работы для каждого обучающегося с НОДА определяется с учетом его особых образовательных потребностей на основе рекомендаций ПМПК, ИПРА, ППк образовательной организации. Содержание и срок реализации коррекционного курса зависят также от структуры и тяжести двигательного нарушения.

Особые образовательные потребности у обучающихся с НОДА задаются спецификой двигательных нарушений, а также спецификой нарушения психического и речевого развития, и определяют особую логику построения учебного процесса. Особыми образовательными потребностями обучающихся с НОДА являются:

- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы;
- регламентация образовательной деятельности в соответствии с медицинскими рекомендациями и соблюдением ортопедического и лечебно-профилактического режима;
- необходимость использования специальных методов, приемов и средств обучения (в том числе специализированных компьютерных и ассистивных технологий, специального реабилитационного оборудования), обеспечивающих реализацию "обходных путей" обучения;
- индивидуализация обучения с учетом структуры и тяжести двигательного нарушения и вариативности их проявлений;
- наглядно-действенный характер содержания образования и упрощение системы учебно-познавательных задач, решаемых в процессе коррекции двигательных и иных нарушений;
- комплексный характер психокоррекционных воздействий, осуществляемых с включением всех анализаторных систем, в том числе и двигательного-кинестического анализатора;
- предоставление при необходимости услуг ассистента-помощника, тьютора;
- обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды;
- обеспечение специальными приспособлениями и индивидуально адаптированными учебным местом;
- потребность в максимальном расширении образовательного пространства: посещение спортивных кружков, физкультурно-оздоровительных мероприятий направленных на коррекцию двигательных нарушений.

## **Содержание коррекционного курса 1 КЛАСС (33ч.)**

### **Раздел 1. Диагностика.**

Диагностика, направленная на изучение уровня развития двигательной активности, имеющихся двигательных возможностей, сформированности общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации. Первичная диагностика проводится в начале учебного или при поступлении ребенка в образовательную организацию в иные сроки. Промежуточная диагностика осуществляется в соответствии с планом работы образовательной организации или по необходимости. Итоговая диагностика в конце учебного года

### **Раздел 2. Развитие двигательной активности.**

Закрепление навыков ходьбы, коррекция дефектов походки, совершенствование координационных систем и функции равновесия. Стимуляция самостоятельной ходьбы и коррекция ее нарушений. Формирование контроля над положением головы и ее движениями. Развитие поворотов туловища. Развитие равновесия. Развитие возможных активных движений. Применение специальных приспособлений для развития двигательной активности. Проведение подвижных игр для развития двигательной активности

### **Раздел 3. Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений.**

Коррекция патологических проявлений позно-тонических реакций. Контроль и координация движений. Нормализация мышечного тонуса. Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта. Применение специальных приспособлений для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений. Проведение подвижных игр для развития двигательных навыков и на профилактику вторичных нарушений.

### **Раздел 4. Развитие общей моторики.**

Укрепление мышц и улучшение координации движений. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Развитие целенаправленности выполнения действий и движений по инструкции педагога (броски в цель, ходьба по «дорожке следов»). Согласование действий и движений разных частей тела (повороты и броски, наклоны и повороты). Выполнение гимнастических упражнений различной сложности. Выполнение упражнений на улучшение баланса, координации, гибкости и силы мышц. Применение специальных приспособлений для развития общей моторики. Проведение подвижных игр для развития общей моторики.

### **Раздел 5. Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики.**

Проведение комплекса гимнастических упражнений для развития движений рук. Пальчиковая гимнастика. Обучение различным движениям пальцев рук, одновременным движениям пальцев рук и кисти. Воспроизведение и тренировка изолированных движений пальцев рук и кисти. Обводка, штриховка по трафарету. Аппликация. Лепка. Конструирование фигур и предметов из частей (более 7 деталей). Графический диктант. Специальные упражнения для удержания письменных принадлежностей. Применение специальных приспособлений для развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Проведение игр для развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Игры с крупной мозаикой, крупами и др.

### **Раздел 6. Развитие зрительно-моторной координации.**

Ориентировка на собственном теле: дифференциация правой/левой руки; правой/левой ноги; правой/левой части тела. Ориентировка на теле собеседника, распложенного напротив ребенка. Определение расположения предметов в пространстве (справа – слева, вверху – внизу и др.). Движения в заданном направлении в пространстве (вперёд, назад). Пространственная ориентировка на горизонтальной поверхности. Кинестетическое и кинетическое развитие. Применение специальных приспособлений для развития зрительно-моторной координации. Проведение игр для развития зрительно-моторной координации и для кинестетического и кинетического развития.

## **2 КЛАСС (34ч.)**

## **Раздел 1. Диагностика.**

Диагностика, направленная на изучение уровня развития двигательной активности, имеющихся двигательных возможностей, сформированности общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации. Первичная диагностика проводится в начале учебного или при поступлении ребенка в образовательную организацию в иные сроки. Промежуточная диагностика осуществляется в соответствии с планом работы образовательной организации или по необходимости. Итоговая диагностика в конце учебного года.

## **Раздел 2. Развитие двигательной активности.**

Обогащение двигательной деятельности. Формирование правильной осанки. Укрепление мышц туловища. Развитие равновесия. Стимуляция самостоятельной ходьбы и коррекция ее нарушений. Развитие возможных активных движений. Применение специальных приспособлений для развития двигательной активности. Проведение подвижных игр для развития двигательной активности.

## **Раздел 3. Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений.**

Совершенствование правильного дыхания в различных исходных положениях и при выполнении движений. Развитие задержанных статокинетических рефлексов и устранения влияния патологических рефлексов. Нормализация мышечного тонуса. Выполнение упражнений на укрепление, нормализацию мышц и сохранения подвижности суставов. Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта. Применение специальных приспособлений для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений. Проведение подвижных игр для развития двигательных навыков и на профилактику вторичных нарушений.

## **Раздел 4. Развитие общей моторики.**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обходить их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Обучение целенаправленным действиям по инструкции педагога, состоящих из 2-3-х звеньев. Развитие координации движений (игры типа «Гир», игры с мячом, обручем). Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта. Выполнение упражнений на улучшение баланса, координации, гибкости и силы мышц. Применение специальных приспособлений для развития общей моторики. Проведение подвижных игр для развития общей моторики.

## **Раздел 5. Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики.**

Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением. Развитие моторики руки, формирование графических навыков. Обводка и рисование по трафарету. Штриховка в разных направлениях. Синхронность работы обеих рук (штриховка, нанизывание). Работа с ножницами. Аппликация. Графический диктант. Работа с глиной, тестом и пластилином (раскатывание, скатывание, вдавливание). Конструирование предметов из геометрических фигур (более 9 деталей) по схеме, по инструкции, по образцу. Применение специальных приспособлений для развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Проведение игр для развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Игры с мозаикой, пазлами и др.

## **Раздел 6. Развитие зрительно-моторной координации.**

Ориентировка в помещении по инструкции педагога. Ориентировка в линейном ряду (порядок следования) Ориентировка на листе бумаги по инструкции педагога по 2-3 признакам (верхний правый угол, нижний левый угол). Расположение плоскостных и объёмных предметов в вертикальном и горизонтальном поле листа. Формирование ощущений от статических и динамических поз различных мелких частей лица и тела (глаза, рот, пальцы), вербализация ощущений. Выполнение упражнений по заданию педагога, обозначение словом положения различных частей тела. Применение специальных приспособлений для развития ориентировки в пространстве. Имитация движений и поз. Проведение игр для развития зрительно-моторной координации.

### **3 КЛАСС (34ч.)**

#### **Раздел 1. Диагностика .**

Диагностика, направленная на изучение уровня развития двигательной активности, имеющихся двигательных возможностей, сформированности общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации. Первичная диагностика проводится в начале учебного или при поступлении ребенка в образовательную организацию в иные сроки. Промежуточная диагностика осуществляется в соответствии с планом работы образовательной организации или по необходимости. Итоговая диагностика в конце учебного года.

#### **Раздел 2. Развитие двигательной активности.**

Стимуляция двигательной активности. Формирование контроля над положением головы и ее движениями. Развитие равновесия. Развитие координаций движений. Развитие возможности удержания вертикальной позы и ходьбы с поддержкой. Стимуляция самостоятельного передвижения и коррекции его нарушений. Развитие силы и выносливости. Развитие гибкости и подвижности. Развитие возможных активных движений. Применение специальных приспособлений для развития двигательной активности. Проведение подвижных игр для развития двигательной активности.

#### **Раздел 3. Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений.**

Развитие задержанных статокинетических рефлексов и устранения влияния патологических рефлексов. Нормализация мышечного тонуса. Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта. Развитие и коррекция нарушенных двигательных функций. Включение формирующихся двигательных функций в повседневную двигательную активность. Предупреждение формирования вторичных двигательных стереотипов, вторичных патологических поз и положений. Применение специальных приспособлений для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений. Проведение подвижных игр для развития двигательных навыков и для профилактики вторичных нарушений.

#### **Раздел 4. Развитие общей моторики.**

Развитие координаций движений. Передвижение, бег, прыжки, лазанье и ползание как жизненно важные способы передвижения человека. Развитие согласованности движений с включением разных групп мышц (броски в цель, кольцеброс, игры с мячом, обручем). Выполнение упражнений по заданию педагога, обозначение словом положения различных частей тела. Обучение целенаправленным действиям по инструкции педагога. Применение специальных приспособлений для развития общей моторики. Проведение подвижных игр для развития общей моторики.

#### **Раздел 5. Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики.**

Развитие моторики руки. Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением. Совершенствование точности движений (завязывание, развязывание, застегивание). Обводка контуров изображений предметов и геометрических фигур, дорисовывание геометрических фигур. Рисование бордюров. Графический диктант (зрительный и на слух). Вырезание ножницами из бумаги по контуру предметных изображений. Рисование. Оригами по показу, инструкции, схеме. Работа с глиной, тестом и пластилином (раскатывание, скатывание, вдавливание). Составление из частей на разрезном наглядном материале (пазлы различной сложности). Применение специальных приспособлений для развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Проведение игр для развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Игры с сюжетной мозаикой.

#### **Раздел 6. Развитие зрительно-моторной координации.**

Ориентировка в помещении, используя понятия «ближе» - «дальше»; движение в заданном направлении, обозначение словом направления движения. Ориентировка в помещении по инструкции педагога. Вербальное обозначение пространственных

отношений с использованием предлогов. Развитие пространственного праксиса. Моделирование пространственного расположения объектов относительно друг друга (мебели в комнате) по инструкции педагога. Ориентация на карте местности. Формирование ощущений от статических и динамических поз различных мелких частей лица и тела (глаза, рот, пальцы...). Выполнение упражнений по заданию педагога, вербализация собственных ощущений. Имитация животных, инсценирование. Применение специальных приспособлений для развития зрительно-моторной координации и для кинестетического и кинетического развития. Проведение игр для развития зрительно-моторной координации и кинестетического и кинетического развития

#### **4 КЛАСС (34ч.)**

##### **Раздел 1. Диагностика .**

Диагностика, направленная на изучение уровня развития двигательной активности, имеющихся двигательных возможностей, сформированности общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации. Первичная диагностика проводится в начале учебного или при поступлении ребенка в образовательную организацию в иные сроки. Промежуточная диагностика осуществляется в соответствии с планом работы образовательной организации или по необходимости. Итоговая диагностика в конце учебного года.

##### **Раздел 2. Развитие двигательной активности.**

Обогащение двигательной деятельности. Нормализация двигательной активности. Развитие равновесия. Содействие становлению и оптимальному проявлению статокинетических рефлексов. Развитие возможности удержания вертикальной позы и ходьбы с поддержкой. Стимуляция самостоятельной ходьбы и коррекция ее нарушений. Развитие возможных активных движений. Улучшение развития опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем. Повышение работоспособности. Применение специальных приспособлений для развития двигательной активности. Проведение подвижных игр по развитию двигательной активности.

##### **Раздел 3. Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных возможных нарушений.**

Обучение подавлять проявление позно-тонических реакций, патологических синергий, синкинезий, гиперкинезов. Развитие задержанных статокинетических рефлексов и устранения влияния рефлексов. Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта. Включение формирующихся двигательных функций в повседневную двигательную активность ребенка. Предупреждение формирования вторичных стереотипов, вторичных патологических поз и положений. Применение специальных приспособлений для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактики вторичных нарушений. Проведение подвижных игр по развитию двигательных навыков и профилактики вторичных нарушений.

##### **Раздел 4. Развитие общей моторики.**

Коррекция дефектов статики и локомаций. Ходьба, бег, прыжки, как жизненно важные способы передвижения человека. Развитие согласованности движений с включением разных групп мышц при выполнении упражнений по инструкции педагога. Выполнение целенаправленных действий по трёх- и четырехзвенной инструкции педагога, опосредование в речи своей деятельности. Соотношение движений с поданным звуковым сигналом. Применение специальных приспособлений для развития общей моторики. Проведение подвижных игр по развитию общей моторики.

##### **Раздел 5. Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики.**

Развитие моторики руки. Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением. Совершенствование точности движений (завязывание, развязывание, застегивание). Обводка контуров изображений предметов и геометрических фигур, дорисовывание геометрических фигур. Рисование бордюров. Графический диктант (зрительный и на слух).

Вырезание ножницами из бумаги по контуру предметных изображений. Рисование. Оригами по показу, инструкции, схеме. Работа с глиной, тестом и пластилином (раскатывание, скатывание, вдавливание). Составление из частей на разрезном наглядном материале (пазлы различной сложности). Применение специальных приспособлений для развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Проведение игр для развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Игры с сюжетной мозаикой

#### **Раздел 6. Развитие зрительно-моторной координации.**

Ориентировка в помещении и на улице; вербализация пространственных отношений. Выполнение заданий педагога, связанных с изменением направления движения. Самостоятельное моделирование пространственных ситуаций (расстановка мебели в кукольной комнате). Составление схем-планов помещений, зданий, архитектурных памятников. Ориентация в частях света (север-юг, запад-восток) относительно своего тела и на карте. Использование компаса. Составление маршрутов на плане, карте (план эвакуации, маршрут прогулки, поход в магазин). Ориентировка на листе бумаги разного формата (тетрадный, альбомный, ватман) и по-разному расположенного (горизонтально, вертикально, под углом) при выполнении заданий педагога на расположение и перемещение на нём предметов, игрушек. Вербализация собственных ощущений. Развитие тактильной чувствительности. Сочетание движений и поз разных частей тела. Закрепление тактильных ощущений при работе с пластилином, тестом, глиной. Воображаемые действия (подбросить мяч, наколоть дрова и др.). Определение на ощупь разных свойств и качеств предметов, их величины и формы (выпуклый, вогнутый, колючий, горячий, деревянный, круглый и т.д.). Применение специальных приспособлений для развития зрительно-моторной координации и для кинестетического и кинетического развития. Проведение игр по развитию зрительно-моторной координации и по кинестетическому и кинетическому развитию.

Все разделы программы курса занятий взаимосвязаны. В основе предложенной системы лежит комплексный подход, предусматривающий решение на одном занятии разных, но однонаправленных задач из нескольких разделов программы, способствующих двигательному развитию обучающего с НОДА.

## **Планируемые результаты освоения коррекционного курса «двигательная коррекция»**

### **Личностные результаты**

В центре рабочей программы НОО обучающихся с НОДА коррекционного курса "Двигательная коррекция" в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ находится личностное развитие обучающихся с НОДА, приобщение их к российским традиционным духовным ценностям, а также социализация личности.

Личностные результаты освоения коррекционного курса соответствуют ФГОС НОО ОВЗ, конкретизируются и дополняются с учетом особых образовательных потребностей, обучающихся с НОДА:

- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.
- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.
- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.
- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

Учитывая специфические особенности личностного развития обучающихся с НОДА, личностные результаты расширяются за счет жизненных компетенций, формирование которых требует специального обучения:

- сформированность навыков пространственной и социально-бытовой ориентировки;
- сформированность реальных представлений о собственных возможностях и ограничениях здоровья, о необходимом жизнеобеспечении, способности вступать в коммуникацию со взрослыми по вопросам медицинского сопровождения и создания специальных условий для пребывания в образовательной организации, сообщать о своих нуждах и правах в образовательной организации;
- сформированность социально-бытовых умений, необходимых в рутинной жизни (самостоятельное посещение туалета, организация рабочего места, переодевание на урок физкультуры и т.д.), на сколько это возможно в каждом индивидуальном случае развития, обучающегося с НОДА;
- сформированность умения обращаться с просьбой к окружающим, особенно в ситуации, когда обучающийся с НОДА лишен возможности себя самостоятельно обслуживать, поддержать разговор, корректно выразить отказ, сочувствие, благодарность, использовать разные варианты коммуникации для решения какой-либо проблемной ситуации.
- сформированность осмысленных представлений о реальной картине мира (соблюдение правил безопасности жизнедеятельности, уточнение, расширение, упорядочивание представлений об окружающем природном и социальном мире и др.);
- сформированность умения самостоятельно и безопасно передвигаться в знакомом и незнакомом пространстве с использованием специального оборудования;
- сформированность дифференцированных и осмысленных согласно возрасту представлений о социальном окружении, ценностях и социальных ролях (знание правил и норм общественного поведения, использование их, умение оценивать свое социальное окружение, умение использовать принятые в обществе социальные ритуалы и др.).

Оценка личностных результатов может осуществляться в процессе проведения мониторинговых процедур, содержание которых разрабатывает образовательная организация с учетом типологических и индивидуальных особенностей обучающихся с

НОДА, их индивидуальных особых образовательных потребностей. Мониторинг позволит осуществить не только оценку достижения планируемых личностных результатов, но и корректировать (в случае необходимости) организационно-содержательные характеристики коррекционного курса. В целях обеспечения своевременности и объективности оценки личностных результатов целесообразно использовать все три формы мониторинга: первичную, промежуточную и итоговую диагностику. Для полноты оценки личностных результатов следует учитывать мнение родителей (законных представителей) воспитывающих обучающихся с НОДА поскольку важным параметром оценки служит формирование у обучающихся готовности и способности к их проявлению в повседневной жизни в различных социальных средах (школьной, семейной). Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения, обучающегося с НОДА в овладении жизненными компетенциями

### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности познавательных, коммуникативных и регулятивных УУД, которые обеспечивают успешность реализации коррекционного курса, а также становление способности к самообразованию и саморазвитию. В результате освоения содержания коррекционного курса, обучающиеся с НОДА овладевают рядом междисциплинарных понятий, а также различными знаково-символическими средствами, которые помогают обучающимся с двигательными нарушениями применять знания как в типовых, так и в новых, нестандартных учебных ситуациях.

*Планируемые метапредметные результаты освоения коррекционного курса:*

- уметь целенаправленно выполнять действия по инструкции;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий с учетом психофизических особенностей развития обучающихся с НОДА;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения исходя из индивидуальных особенностей развития, обучающихся с НОДА;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения с учетом двигательных возможностей обучающихся с НОДА;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности с учетом двигательных возможностей.

### **Предметные результаты**

Предметные результаты освоения данного курса не предусмотрены, т.к. он носит коррекционную направленность, главной целью освоения курса «Двигательная коррекция» в совокупности с остальными курсами коррекционной области является успешное овладение АООП НОО с НОДА.

Результаты по программе индивидуальны для каждого обучающегося с НОДА и зависят от степени выраженности двигательных нарушений и сочетанности нарушений. Учебный материал носит вариативный характер и подбирается педагогом самостоятельно в зависимости от уровня двигательного развития, обучающегося с НОДА. Положительным результатом можно считать снижение объема необходимой помощи, расширение двигательных возможностей, развитие двигательной активности, снижение эмоционального напряжения и улучшение восприятия собственного тела, собственных двигательных возможностей, расширение сферы жизненных компетенций.

**Тематическое планирование коррекционного курса «Двигательная коррекция»  
1 класс**

Тематические модули	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся с НОДА
<p><b>1. Диагностика (2ч)</b></p>	<p>Изучение уровня развития двигательной активности, имеющихся двигательных возможностей, сформированности общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации.</p>	<p>Участвовать в диагностической процедуре в зависимости от степени тяжести двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять на доступном уровне инструкции к диагностическим заданиям.</p> <p>Выполнять на доступном уровне задания, направленные на изучение общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации.</p>
<p><b>2. Развитие двигательной активности (4ч.)</b></p>	<p>Формирование понятия о развитии двигательной активности. Закрепление навыков ходьбы, коррекция дефектов походки, совершенствование координационных систем и функции равновесия.</p> <p>Стимуляция самостоятельной ходьбы и коррекция ее нарушений.</p> <p>Формирование контроля над положением головы и ее движениями.</p> <p>Улучшение развития опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем.</p> <p>Развитие поворотов туловища. Развитие равновесия. Развитие возможных активных движений.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития двигательной активности.</p> <p>Проведение подвижных игр по развитию</p>	<p>Соблюдать правила безопасности при развитии двигательной активности с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Осуществлять контроль над головой и туловищем, научиться удерживать голову и туловище в вертикальном положении с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Участвовать в закреплении навыка ходьбы исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Участвовать в коррекции дефектов походки с применением специального оборудования с учетом степени тяжести двигательных нарушений.</p> <p>Совершенствовать функции равновесия исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Следовать определенному</p>

	<p>двигательной активности.</p>	<p>порядку развития двигательной активности с учетом двигательных возможностей .</p> <p>Выполнять упражнения на развитие двигательной активности. с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять гимнастические упражнения различной сложности исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять повороты туловища в разные направления с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять упражнения на укрепление мышц и на координацию движений.</p> <p>Использовать специальные устройства для передвижения с целью сохранения равновесия и самостоятельного передвижения.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию двигательной активности.</p>
<p><b>3. Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений(бч.)</b></p>	<p>Коррекция патологических проявлений познотонических реакций. Контроль и координация движений. Нормализация мышечного тонуса.</p> <p>Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактики вторичных нарушений. Проведение подвижных игр по развитию двигательных навыков и профилактики вторичных нарушений.</p>	<p>Контролировать свои движения и координировать их исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Избегать опасных двигательных образов, патологических поз тела исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять упражнения на укрепление и нормализацию мышц и сохранения подвижности суставов с учетом индивидуальных двигательных возможностей.</p> <p>Участвовать в тренировке отдельных элементов целостного двигательного акта исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные приспособления для фиксации конечностей и головы ребенка с учетом двигательных нарушений обучающихся с НОДА (специальные кресла с подлокотниками, специальные стопы, корректоры осанки и др.).</p>

		Участвовать в подвижных играх по развитию двигательных навыков и профилактики вторичных нарушений исходя из двигательных возможностей .
<b>4 Развитие общей моторики(7ч.)</b>	<p>Укрепление мышц и улучшение координации движений.</p> <p>Совершенствование навыков ходьбы и бега. Развитие целенаправленности выполнения действий и движений по инструкции педагога (броски в цель, ходьба по «дорожке следов»). Согласование действий и движений разных частей тела (повороты и броски, наклоны и повороты).</p> <p>Выполнение гимнастических упражнений различной сложности.</p> <p>Выполнение упражнений на улучшение баланса, координации, гибкости и силы мышц.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития общей моторики. Проведение подвижных игр по развитию общей моторики.</p>	<p>Соблюдать правила безопасности при развитии общей моторики с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие общей моторики исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Укреплять мышцы и улучшить координацию движений с учетом особенностей развития</p> <p>Избегать опасных двигательных образов, патологических поз тела с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять гимнастические упражнения различной сложности исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять упражнения на улучшение баланса, координации, гибкости и силы мышц с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять действия и движения по инструкции педагога (броски в цель, ходьба по «дорожке следов») с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Бросать мяч в корзину или на мишень с учетом двигательных возможностей. Ловить мяч различных размеров с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные устройства и оборудование (тренажеры, массажные коврики, мячи и другие игровые материалы) для развития общей моторики с учетом двигательных нарушений.</p>

		Участвовать в подвижных играх по развитию общей моторики исходя из двигательных возможностей .
<b>4. Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики (8ч.)</b>	<p>Проведение комплекса гимнастических упражнений для развития движений рук. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Обучение различным движениям пальцев рук, одновременным движениям пальцев рук и кисти. Воспроизведение и тренировка изолированных движений пальцев рук и кисти. Обводка, штриховка по трафарету. Аппликация. Лепка. Конструирование фигур и предметов из частей (более 7 деталей). Графический диктант</p> <p>Специальные упражнения для удержания письменных принадлежностей</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития функции рук, в том числе мелкой моторики.</p> <p>Проведение игр по развитию функции рук, в том числе мелкой моторики. Игры с крупной мозаикой, крупами и др.</p>	<p>Участвовать в развитии движений кистей рук и пальцев с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять пальчиковую гимнастику с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Пользоваться зрительным контролем за движением собственных рук в разных направлениях исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять специальные упражнения для удержания письменных принадлежностей с учетом индивидуальных двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять на доступном уровне действия с предметами и материалами с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять захваты предметов различной сложности с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Удерживать и выполнять доступные манипуляции с карандашом (ручкой) с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Тренировать изолированные движения пальцев рук и кисти исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать трафарет для обводки, штриховки с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять штриховки и прописи доступной сложности исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Писать графический диктант (зрительный) с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Владеть элементами конструирования фигур и предметов из частей (более 7</p>

		<p>деталей) с учетом двигательных нарушений.</p> <p>Осваивать навыки аппликации исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Лепить при наличии двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные приспособления для развития функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики, возможно использование технических средств реабилитации с учетом двигательных нарушений.</p> <p>Участвовать в играх по развитию функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики исходя из двигательных возможностей .</p>
<p><b>5.Развитие зрительно-моторной координации (4 ч.)</b></p>	<p>Ориентировка на собственном теле: дифференциация правой/левой руки; правой/левой ноги; правой/левой части тела. Ориентировка на теле собеседника, распложенного напротив ребенка. Определение расположения предметов в пространстве (справа – слева, сверху – внизу и др.). Движения в заданном направлении в пространстве (вперёд, назад). Пространственная ориентировка на горизонтальной поверхности. Определение на ощупь плоскостных фигур и предметов, их величины. Формирование ощущений от различных поз и движений тела, верхних и нижних конечностей, головы. Выполнение упражнений по заданию педагога, обозначение словом положения</p>	<p>Владеть пространственными понятиями.</p> <p>Дифференцировать на невербальном и вербальном уровнях правые и левые части тела (прямая и перекрестная ориентировка в схеме тела) с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Ориентироваться в пространстве и на листе бумаги с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять движения в заданном направлении в пространстве (вперёд, назад) исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Создавать зрительный и двигательно-осязательный образ предмета с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Уточнять и дифференцировать зрительные и двигательно-осязательные образы предметов исходя из двигательных возможностей.</p>

	<p>различных частей тела.          Применение специальных приспособлений для развития зрительно-моторной координации и для кинестетического и кинетического развития.          Проведение игр по развитию зрительно-моторной координации и по кинестетическому и кинетическому развитию.</p>	<p>Уметь планомерно обследовать на ощупь плоскостные фигуры и предметы, их величины с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.          Выполнять упражнения по заданию педагога с учетом двигательных возможностей.          Использовать специальное оборудование, в том числе технические средства реабилитации для развития зрительно-моторной координации и для кинестетического и кинетического развития с учетом двигательных нарушений.          Участвовать в подвижных играх по развитию зрительно-моторной координации и по кинестетическому и кинетическому развитию исходя из двигательных возможностей,</p>
<b>6.Диагностика (2ч)</b>	<p>Итоговая диагностика динамики двигательного развития в конце учебного года.</p>	<p>Участвовать в диагностической процедуре в зависимости от двигательных и речевых возможностей. Работать со стимульным материалом, адаптированным в соответствии с двигательными возможностями.          Выполнять на доступном уровне инструкции к диагностическим заданиям, в том числе с использованием технических средств реабилитации.          Выполнять на доступном уровне задания, направленные на изучение динамики в развитии общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации с учетом индивидуальных двигательных возможностей.</p>

**2 класс**

<b>Тематические модули</b>	<b>Основное содержание</b>	<b>Основные виды деятельности обучающихся с НОДА</b>
----------------------------	----------------------------	--

<p><b>1. Диагностика (2ч)</b></p>	<p>Изучение уровня развития двигательной активности, имеющихся двигательных возможностей, сформированности общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации.</p>	<p>Участвовать в диагностической процедуре в зависимости от степени тяжести двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять на доступном уровне инструкции к диагностическим заданиям.</p> <p>Выполнять на доступном уровне задания, направленные на изучение общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации.</p>
<p><b>2. Развитие двигательной активности (5ч.)</b></p>	<p>Обогащение двигательной деятельности. Формирование правильной осанки. Укрепление мышц туловища. Развитие равновесия. Стимуляция самостоятельной ходьбы и коррекция ее нарушений. Развитие возможных активных движений. Улучшение развития опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития двигательной активности.</p> <p>Проведение подвижных игр по развитию двигательной активности.</p>	<p>Соблюдать правила безопасности при развитии двигательной активности с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Участвовать в стимуляции самостоятельной ходьбы используя специальные приспособления, в том числе технические средства реабилитации с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Участвовать в совершенствовании функции равновесия исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять упражнения на развитие двигательной активности с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные устройства для передвижения с целью сохранения равновесия и самостоятельного передвижения.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию двигательной активности с учетом психофизических особенностей</p>

<p><b>3. Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений(5ч.)</b></p>	<p>Совершенствование правильного дыхания в различных исходных положениях и при выполнении движений. Развитие задержанных статокинетических рефлексов и устранения влияния патологических рефлексов. Нормализация мышечного тонуса.</p> <p>Выполнение упражнений на укрепление, нормализацию мышц и сохранения подвижности суставов.</p> <p>Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактики вторичных нарушений. Проведение подвижных игр по развитию двигательных навыков и профилактики вторичных нарушений.</p>	<p>развития.</p> <p>Избегать опасных двигательных образов, патологических поз тела с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Совершенствовать правильное дыхание в различных исходных положениях и при выполнении движений с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять упражнения на укрепление и нормализацию мышц, сохранения подвижности суставов с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Развивать статокинетические рефлексы с учетом индивидуальных двигательных нарушений.</p> <p>Участвовать в тренировке отдельных элементов целостного двигательного акта исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные приспособления для фиксации конечностей и головы с учетом двигательных нарушений (специальные кресла с подлокотниками, специальные стопы, корректоры осанки и др.).</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию двигательных навыков и профилактики вторичных нарушений исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>4. Развитие общей моторики(6ч.)</b></p>	<p>Совершенствование навыков ходьбы и бега. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обходить их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Обучение целенаправленным действиям по инструкции педагога, состоящих из 2-3-х звеньев. Развитие координации движений (игры типа «Тир», игры с мячом, обручем).</p>	<p>Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие общей моторики исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Укреплять мышцы и улучшить координацию движений с учетом особенностей развития.</p> <p>Избегать опасных двигательных образов, патологических поз тела с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять упражнения на улучшение баланса, координации, гибкости и силы мышц с учетом двигательных возможностей.</p>

	<p>Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта.</p> <p>Выполнение упражнений на улучшение баланса, координации, гибкости и силы мышц.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития общей моторики.</p> <p>Проведение подвижных игр по развитию общей моторики.</p>	<p>Выполнять целенаправленные действия по инструкции педагога, состоящих из 2-3-х звеньев с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять во время ходьбы и бега несложные задания с предметами: обходить их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Участвовать в развитии координации движений с использованием специального оборудования и технических средств реабилитации исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные приспособления, в том числе технические средства реабилитации для развития общей моторики с учетом двигательных нарушений.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию общей моторики исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>5. Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики (8ч.)</b></p>	<p>Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением.</p> <p>Развитие моторики руки, формирование графических навыков. Обводка и рисование по трафарету.</p> <p>Штриховка в разных направлениях. Синхронность работы обеих рук (штриховка, нанизывание).</p> <p>Работа с ножницами.</p> <p>Аппликация. Графический диктант. Работа с глиной, тестом и пластилином (раскатывание, скатывание, вдавливание).</p> <p>Конструирование предметов из геометрических фигур (более 9 деталей) по схеме, по инструкции, по образцу.</p> <p>Применение специальных приспособлений для</p>	<p>Выполнять пальчиковую гимнастику с речевым сопровождением с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять на доступном уровне действия с предметами и материалами с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Удерживать и выполнять доступные манипуляции с карандашом (ручкой) с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Тренировать изолированные движения пальцев рук и кисти исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать трафарет для обводки, штриховки с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Рисовать используя трафарет с учетом индивидуальных</p>

	<p>развития функции рук, в том числе мелкой моторики. Проведение игр по развитию функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики. Игры с мозаикой, пазлами и др.</p>	<p>психофизических особенностей развития. Выполнять штриховки в разных направлениях. исходя из двигательных возможностей. Написать графический диктант (зрительный и слуховой) с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития. Владеть элементами конструирования фигур и предметов из частей (более 9 деталей) с учетом двигательных нарушений. Работать с ножницами под контролем педагога при наличии двигательных возможностей. Осваивать навыки аппликации исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития. Работать с глиной, тестом и пластилином используя различные приемы раскатывания, скатывания, вдавливания при наличии двигательных возможностей. Использовать специальные приспособления для развития функции рук, в том числе мелкой моторики, возможно использование технических средств реабилитации с учетом двигательных нарушений. Участвовать в играх по развитию функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>6. Развитие зрительно-моторной координации (бч.)</b></p>	<p>Ориентировка в помещении по инструкции педагога. Ориентировка в линейном ряду (порядок следования) Ориентировка на листе бумаги по инструкции педагога по 2-3 признакам (верхний правый угол, нижний левый угол). Расположение плоскостных и объёмных предметов в вертикальном и горизонтальном поле листа.</p>	<p>Ориентироваться в помещении по инструкции педагога с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития. Ориентироваться на листе бумаги по инструкции педагога по 2-3 признакам (верхний правый угол, нижний левый угол) с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития. Переключать кубики или другие предметы в линейном</p>

	<p>Выражение пространственных отношений между конкретными объектами посредством предлогов.</p> <p>Формирование ощущений от различных поз и движений тела, верхних и нижних конечностей, головы. Формирование ощущений от статических и динамических поз различных мелких частей лица и тела (глаза, рот, пальцы), вербализация ощущений. Выполнение упражнений по заданию педагога, обозначение словом положения различных частей тела.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития зрительно-моторной координации и для кинестетического и кинетического развития.</p> <p>Проведение игр по развитию зрительно-моторной координации и для кинестетического и кинетического развития.</p>	<p>порядке, следуя определенной последовательности с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Располагать плоскостные и объёмные предметы в вертикальном и горизонтальном поле листа исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять движения в заданном направлении в пространстве (вперёд, назад) исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Называть ощущения от статических и динамических поз различных мелких частей лица и тела (глаза, рот, пальцы) с учетом речевого развития.</p> <p>Выполнять упражнения по заданию педагога с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальное оборудование, в том числе технические средства реабилитации для развития зрительно-моторной координации и кинестетического и кинетического развития с учетом двигательных нарушений.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию зрительно-моторной координации и по кинестетическому и кинетическому развитию исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>7.Диагностика (2ч)</b></p>	<p>Итоговая диагностика динамики двигательного развития в конце учебного года.</p>	<p>Участвовать в диагностической процедуре в зависимости от двигательных и речевых возможностей. Работать со стимульным материалом, адаптированным в соответствии с двигательными возможностями.</p> <p>Выполнять на доступном уровне инструкции к диагностическим заданиям, в том числе с использованием технических средств реабилитации.</p> <p>Выполнять на доступном уровне задания, направленные на изучение динамики в развитии общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-</p>

		моторной координации с учетом индивидуальных двигательных возможностей.
--	--	---

### 3 КЛАСС

Тематические модули	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся с НОДА
<b>1. Диагностика (2ч)</b>	Изучение уровня развития двигательной активности, имеющихся двигательных возможностей, сформированности общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации.	Участвовать в диагностической процедуре в зависимости от степени тяжести двигательных возможностей. Выполнять на доступном уровне инструкции к диагностическим заданиям. Выполнять на доступном уровне задания, направленные на изучение общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации.
<b>2. Развитие двигательной активности(5 ч.)</b>	<p>Стимуляция двигательной активности. Формирование контроля над положением головы и ее движениями. Развитие равновесия. Развитие координаций движений</p> <p>Развитие возможности удержания вертикальной позы и ходьбы с поддержкой. Стимуляция самостоятельного передвижения и коррекции его нарушений.</p> <p>Развитие силы и выносливости. Развитие гибкости и подвижности. Развитие возможных активных движений.</p> <p>Улучшение развития опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития двигательной активности.</p> <p>Проведение подвижных игр по развитию двигательной активности.</p>	<p>Соблюдать правила безопасности при развитии двигательной активности с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять на доступном уровне упражнения на стимуляцию двигательной активности исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Совершенствовать функции равновесия исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Следовать определенному порядку развития двигательной активности с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Осуществлять контроль над головой и туловищем с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Стимулировать</p>

		<p>самостоятельное передвижение и коррекцию его нарушений с применением специального оборудования с учетом степени тяжести двигательных нарушений.</p> <p>Выполнять упражнения на укрепление мышц и на координацию движений исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять упражнение на развитие силы и выносливости с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Использовать специальные приспособления для развития двигательной активности исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию двигательной активности с учетом двигательных возможностей.</p>
<p><b>3. Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений(бч.)</b></p>	<p>Развитие задержанных статокинетических рефлексов устранения влияния патологических рефлексов. Нормализация мышечного тонуса. Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта. Развитие и коррекция нарушенных двигательных функций. Включение формирующихся двигательных функций в повседневную двигательную активность.</p> <p>Предупреждение формирования вторичных двигательных стереотипов вторичных патологических поз положений.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактики вторичных нарушений. Проведение подвижных игр по развитию двигательных навыков и профилактики</p>	<p>Участвовать в развитии задержанных статокинетических рефлексов с учетом индивидуальных двигательных нарушений.</p> <p>Выполнять упражнения на укрепление и нормализацию мышц с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Участвовать в тренировке отдельных элементов целостного двигательного акта исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Включать сформированные двигательные функции в повседневную двигательную активность с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Использовать специальные приспособления для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактики вторичных нарушений с учетом двигательных нарушений</p>

	вторичных нарушений.	обучающихся с НОДА (специальные кресла с подлокотниками, специальные стопы, корректоры осанки и др.). Участвовать в подвижных играх по развитию двигательных навыков и профилактики вторичных нарушений исходя из двигательных возможностей.
<b>4. Развитие общей моторики(6ч.)</b>	<p>Развитие координации движений. Передвижение, бег, прыжки, лазанье и ползание как жизненно важные способности передвижения человека. Развитие согласованности движений включением разных групп мышц (броски в цель, кольцеброс, игры с мячом, обручем).</p> <p>Выполнение упражнений по заданию педагога, обозначенных словом положения различных частей тела.</p> <p>Обучение целенаправленным действиям по инструкции педагога.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития общей моторики.</p> <p>Проведение подвижных игр по развитию общей моторики.</p>	<p>Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие общей моторики исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Соблюдать правила безопасности при развитии общей моторики с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Укреплять мышцы и улучшить координацию движений с учетом особенностей развития.</p> <p>Избегать опасных двигательных образов, патологических поз тела с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Озвучивать и выполнять упражнения по заданию педагога с учетом индивидуальных психофизических возможностей.</p> <p>Выполнять целенаправленные действия по инструкции педагога исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные приспособления для развития общей моторики с учетом двигательных нарушений.</p> <p>Развивать координацию движений с использованием специального оборудования и технических средств реабилитации исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять упражнения на развитие согласованности движений с включением разных групп мышц (броски в цель, кольцеброс, игры с мячом, обручем) исходя из</p>

		<p>двигательных возможностей.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию общей моторики исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>5. Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики (бч.)</b></p>	<p>Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики. Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением.</p> <p>Совершенствование точности движений (завязывание, развязывание, застегивание).</p> <p>Обводка контуров изображений предметов и геометрических фигур, дорисовывание геометрических фигур.</p> <p>Рисование бордюров.</p> <p>Графический диктант (зрительный и на слух).</p> <p>Вырезание ножницами из бумаги по контуру предметных изображений. Рисование.</p> <p>Оригами по показу, инструкции, схеме. Работа с глиной, тестом и пластилином (раскатывание, скатывание, вдавливание). Составление из частей на разрезном наглядном материале (пазлы различной сложности).</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики.</p> <p>Проведение игр по развитию функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики. Игры с сюжетной мозаикой.</p>	<p>Выполнять пальчиковую гимнастику сопровождая речь с учетом особенностей двигательного и речевого развития.</p> <p>Участвовать в совершенствовании точности движений (завязывание, развязывание, застегивание) с использованием специального оборудования исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять на доступном уровне действия с предметами и материалами с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Обводить контуры изображений предметов и геометрических фигур исходя из двигательных возможностей обучающихся, возможно применение технических средств и компьютерных технологий.</p> <p>Дорисовывать геометрические фигуры с использованием трафаретов и специального оборудования с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Выполнить рисунки исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять рисунки используя трафареты с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять штриховки в разных направлениях исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Писать графические диктанты (зрительный и слуховой) с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Работать с ножницами под контролем педагога при наличии двигательных возможностей.</p> <p>Продолжать осваивать навыки</p>

		<p>аппликации исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Работать с глиной, тестом и пластилином используя различные приемы раскатывания, скатывания, вдавливания при наличии двигательных возможностей.</p> <p>Составлять из частей целое на разрезном наглядном материале (пазлы различной сложности) исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные приспособления для развития функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики, возможно использование технических средств реабилитации с учетом двигательных нарушений обучающихся с НОДА.</p> <p>Участвовать в играх по развитию функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>6. Развитие зрительно-моторной координации (7ч.)</b></p>	<p>Ориентировка в помещении, используя понятия «ближе» - «дальше»; движение в заданном направлении, обозначение словом направления движения.</p> <p>Ориентировка в помещении по инструкции педагога. Вербальное обозначение пространственных отношений с использованием предлогов. Развитие пространственного праксиса.</p> <p>Моделирование пространственного расположения объектов относительно друг друга (мебели в комнате) по инструкции педагога.</p> <p>Ориентация на карте местности.</p> <p>Формирование ощущений от статических и динамических поз различных мелких частей лица и тела (глаза, рот,</p>	<p>Ориентироваться в помещении по инструкции педагога с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Ориентироваться в помещении, используя понятия «ближе» - «дальше» с учетом психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять движения в заданном направлении в пространстве («ближе» - «дальше») исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Двигаться в заданном направлении исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Называть направления движения. с учетом когнитивного и речевого</p>

	<p>пальцы...). Выполнение упражнений по заданию педагога, вербализация собственных ощущений.</p> <p>Имитация животных, инсценирование.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития зрительно-моторной координации и кинестетического и кинетического развития.</p> <p>Проведение игр по развитию зрительно-моторной координации и по кинестетическому и кинетическому развитию.</p>	<p>развития обучающихся с НОДА.</p> <p>Осваивать обозначения пространственных отношений с использованием предлогов исходя из когнитивного и речевого развития.</p> <p>Воспринимать, обрабатывать и использовать информацию о пространственном окружении исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять упражнения на улучшение координации движений, на развитие пространственного мышления, на развитие ориентировки в пространстве исходя из двигательных возможностей, обучающихся с НОДА.</p> <p>Осваивать опыт ориентации на карте местности с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Приобретать опыт моделирование пространственного расположения объектов относительно друг друга (мебели в комнате) по инструкции педагога с использованием специального оборудования и /или компьютерных технологий с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Называть ощущения от статических и динамических поз различных мелких частей лица и тела (глаза, рот, пальцы) с учетом речевого развития.</p> <p>Выполнять упражнения по заданию педагога с учетом двигательных возможностей обучающихся с НОДА.</p> <p>Называть собственные ощущения с учетом речевого развития.</p> <p>Подражать движениям животных исходя из индивидуальных психофизических особенностей</p>
--	---	--

		<p>развития.</p> <p>Использовать специальное оборудование, в том числе технические средства реабилитации для развития зрительно-моторной координации и кинестетического и кинетического развития с учетом двигательных нарушений.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию зрительно-моторной координации и по кинестетическому и кинетическому развитию исходя из двигательных возможностей.</p>
<b>7.Диагностика (2ч)</b>	Итоговая диагностика динамики двигательного развития в конце учебного года.	<p>Участвовать в диагностической процедуре в зависимости от двигательных и речевых возможностей. Работать со стимульным материалом, адаптированным в соответствии с двигательными возможностями.</p> <p>Выполнять на доступном уровне инструкции к диагностическим заданиям, в том числе с использованием технических средств реабилитации.</p> <p>Выполнять на доступном уровне задания, направленные на изучение динамики в развитии общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации с учетом индивидуальных двигательных возможностей.</p>

#### 4 КЛАСС

Тематические модули	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся с НОДА
<b>1. Диагностика (2ч)</b>	Изучение уровня развития двигательной активности, имеющихся двигательных возможностей, сформированности общей моторики, функциональных	Участвовать в диагностической процедуре в зависимости от степени тяжести двигательных возможностей. Выполнять на доступном уровне инструкции к диагностическим

	<p>возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации.</p>	<p>задания. Выполнять на доступном уровне задания, направленные на изучение общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации.</p>
<p><b>2.Развитие двигательной активности (5 ч).</b></p>	<p>Мотивация двигательной активности. Нормализация двигательной активности. Развитие равновесия. Содействие становлению и оптимальному проявлению статокINETических рефлексов. Развитие физических способностей. Развитие возможности удержания вертикальной позы и ходьбы с поддержкой. Стимуляция самостоятельной ходьбы и коррекция ее нарушений. Развитие возможных активных движений. Поддержание жизненно-важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов); Повышение работоспособности. Применение специальных приспособлений для развития двигательной активности. Проведение подвижных игр по развитию двигательной активности.</p>	<p>Соблюдать правила безопасности при развитии двигательной активности с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития. Выполнять на доступном уровне упражнения на стимуляцию двигательной активности исходя из двигательных возможностей. Участвовать в совершенствовании функций равновесия исходя из двигательных возможностей. Выполнять упражнения на укрепление мышц и на координацию движений исходя из двигательных возможностей. Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем исходя из двигательных возможностей. Участвовать в стимуляции самостоятельной ходьбы используя специальные приспособления, в том числе технические средства реабилитации с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития. Использовать специальные устройства для развития двигательной активности исходя из двигательных возможностей. Участвовать в подвижных играх по развитию двигательной активности с учетом психофизических особенностей развития .</p>

<p><b>3. Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений(6ч.)</b></p>	<p>Обучение подавлять проявление позно-тонических реакций, патологических синергий, синкинезий, гиперкинезов. Развитие задержанных статокинетических рефлексов и устранения влияния рефлексов. Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта. Включение формирующихся двигательных функций в повседневную двигательную активность ребенка. Предупреждение формирования вторичных стереотипов, вторичных патологических поз и положений. Применение специальных приспособлений для развития имеющихся двигательных возможностей, профилактики вторичных нарушений. Проведение подвижных игр по развитию двигательных навыков и профилактики вторичных нарушений.</p>	<p>Избегать опасных двигательных образов, патологических поз тела с учетом двигательных возможностей . Выполнять упражнения на укрепление и нормализацию мышц, сохранения подвижности суставов с учетом двигательных возможностей. Участвовать в развитии задержанных статокинетических рефлексов исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития. Избегать опасных двигательных образов, патологических поз тела с учетом специфики двигательных нарушений. Тренировать отдельные элементы целостного двигательного акта исходя из двигательных возможностей. Включать сформированные двигательные функции в повседневную двигательную активность с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития. Использовать специальные приспособления для фиксации конечностей и головы ребенка с учетом двигательных нарушений (специальные кресла с подлокотниками, специальные стопы, корректоры осанки и др.). Участвовать в подвижных играх по развитию двигательных навыков и по профилактике вторичных нарушений исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>4. Развитие общей моторики(6ч.)</b></p>	<p>Коррекция дефектов статики и локомаций. Ходьба, бег, прыжки, как жизненно важные способы передвижения человека. Развитие согласованности движений с включением разных групп мышц при выполнении упражнений по инструкции</p>	<p>Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие общей моторики исходя из двигательных возможностей. Соблюдать правила безопасности при развитии общей моторики с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p>

	<p>педагога. Выполнение целенаправленных действий по трёх- и четырехзвенной инструкции педагога, опосредование в речи своей деятельности. Соотношение движений с поданным звуковым сигналом.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития общей моторики.</p> <p>Проведение подвижных игр по развитию общей моторики.</p>	<p>Выполнять и называть целенаправленные действия по трёх- и четырехзвенной инструкции педагога исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные приспособления для развития общей моторики с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Развивать координацию движений с использованием специального оборудования и технических средств реабилитации исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять упражнения на развитие согласованности движений с включением разных групп мышц (броски в цель, кольцоброс, игры с мячом, обручем) по инструкции педагога с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию общей моторики исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>5. Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики (бч.)</b></p>	<p>Совершенствование точности мелких движений рук. Штриховка изображений двумя руками. Графический диктант с усложненным заданием. Аппликация. Работа с глиной, тестом и пластилином (раскатывание, скатывание, вдавливание). Конструирование сложных форм предметов с использованием объёмных геометрических фигур (треугольная призма, цилиндр и др.).</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития функции рук, в том числе мелкой моторики.</p> <p>Проведение игр по развитию функции рук, в том числе</p>	<p>Совершенствовать точности мелких движений с использованием специального оборудования, в том числе технических средств реабилитации исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять на доступном уровне действия с предметами и материалами с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Выполнить рисунки исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять штриховки двумя руками исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Писать графические диктанты с усложненным заданием с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Осваивать навыки аппликации</p>

	<p>мелкой моторики.</p>	<p>исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Работать с глиной, тестом и пластилином используя различные приемы раскатывания, скатывания, вдавливания при наличии двигательных возможностей.</p> <p>Владеть элементами конструирования сложных форм предметов с использованием объёмных геометрических фигур (треугольная призма, цилиндр и др.) исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Использовать специальные приспособления для развития функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики, возможно использование технических средств реабилитации с учетом двигательных нарушений.</p> <p>Участвовать в играх по развитию функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики исходя из двигательных возможностей.</p>
<p><b>6. Развитие зрительно-моторной координации (8ч.)</b></p>	<p>Ориентировка в помещении и на улице; вербализация пространственных отношений. Выполнение заданий педагога, связанных с изменением направления движения. Самостоятельное моделирование пространственных ситуаций (расстановка мебели в кукольной комнате). Составление схем-планов помещений, зданий, архитектурных памятников. Ориентация в частях света (север-юг, запад-восток) относительно своего тела и на карте. Использование компаса. Составление маршрутов на плане, карте (план эвакуации, маршрут прогулки, поход в магазин).</p>	<p>Соблюдать правила безопасности при развитии ориентировки в пространства с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Ориентироваться в частях света (север-юг, запад-восток) относительно своего тела и на карте с учетом психофизических особенностей развития.</p> <p>Автоматизировать движения слева направо исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Выполнять задания педагога, связанных с изменением направления движения с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Самостоятельно моделировать пространственные ситуации (расстановка мебели в кукольной комнате), возможно использование</p>

	<p>Ориентировка на листе бумаги разного формата (тетрадный, альбомный, ватман) и по-разному расположенного (горизонтально, вертикально, под углом) при выполнении заданий педагога на расположение и перемещение на нём предметов, игрушек.</p> <p>Вербализация собственных ощущений.</p> <p>Развитие тактильной чувствительности.</p> <p>Сочетание движений и поз разных частей тела.</p> <p>Закрепление тактильных ощущений при работе с пластилином, тестом, глиной</p> <p>Воображаемые действия (подбросить мяч, наколоть дрова и др.).</p> <p>Определение на ощупь разных свойств и качеств предметов, их величины и формы (выпуклый, вогнутый, колючий, горячий, деревянный, круглый и т.д.).</p> <p>Нахождение на ощупь двух одинаковых контуров предмета из 4-5 предложенных.</p> <p>Применение специальных приспособлений для развития зрительно-моторной координации и для кинестетического и кинетического развития.</p> <p>Проведение игр по развитию зрительно-моторной координации и кинестетическому и кинетическому развитию</p>	<p>компьютерных технологий исходя из двигательных возможностей.</p> <p>Осваивать навыки работы с компасом с учетом психофизических особенностей развития.</p> <p>Приобретать опыт составления маршрутов на плане, карте (план эвакуации, маршрут прогулки, поход в магазин) исходя из индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять инструкции педагога в процессе ориентировки на листе бумаги с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Выполнять на доступном уровне упражнения на развитие ориентировки в пространства с учетом двигательных возможностей.</p> <p>Развивать тактильную чувствительность с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития обучающихся с НОДА.</p> <p>Уметь планомерно обследовать и находить на ощупь 2 одинаковых контуров предмета из 4-5 предложенных с учетом психофизических особенностей развития.</p> <p>Определять на ощупь разные свойства и качества предметов, их величины и формы с учетом индивидуальных психофизических особенностей развития.</p> <p>Использовать специальные приспособления, в том числе технические средства реабилитации для развития зрительно-моторной координации и кинестетического и кинетического развития с учетом двигательных нарушений.</p> <p>Участвовать в подвижных играх по развитию зрительно-моторной координации по кинестетическому и</p>
--	--	--

		кинетическому развитию исходя из двигательных возможностей.
<b>7.Диагностика (2ч)</b>	Итоговая диагностика динамики двигательного развития в конце учебного года.	<p>Участвовать в диагностической процедуре в зависимости от двигательных и речевых возможностей. Работать со стимульным материалом, адаптированным в соответствии с двигательными возможностями.</p> <p>Выполнять на доступном уровне инструкции к диагностическим заданиям, в том числе с использованием технических средств реабилитации.</p> <p>Выполнять на доступном уровне задания, направленные на изучение динамики в развитии общей моторики, функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики и зрительно-моторной координации с учетом индивидуальных двигательных возможностей.</p>

## Календарно-тематическое планирование

### 1 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата
<b>1-2</b>	<b>Диагностика</b>	2	
<b>Развитие двигательной активности (4ч.)</b>			
<b>3</b>	Формирование понятия о развитие двигательной активности. Ходьба, коррекция дефектов походки.	1	
<b>4</b>	Положение головы и ее движения. Развития опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем.	1	
<b>5</b>	повороты туловища. Равновесие. Развитие возможных активных движений.	1	
<b>6</b>	Подвижные игры по развитию двигательной активности.	1	
<b>Поддержка и развитие имеющихся двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений (6ч.)</b>			
<b>7</b>	Коррекция патологических проявлений позно-тонических реакций.	1	
<b>8</b>	Контроль и координация движений. Нормализация мышечного тонуса.	1	
<b>9</b>	Тренировка отдельных элементов целостного двигательного акта.	1	
<b>10</b>	Упражнения на развитие двигательных возможностей, профилактика вторичных нарушений.	1	
<b>11-12</b>	Подвижные игры по развитию двигательных навыков и профилактики вторичных нарушений.	2	
<b>Развитие общей моторики (7ч.)</b>			
<b>13</b>	Броски в цель.	1	

14	Ходьба по «дорожке следов».	1	
15	Повороты и броски, наклоны.	1	
16	Гимнастические упражнения различной сложности.	1	
17	Упражнения на улучшение баланса, координации, гибкости и силы мышц.	1	
18-19	Подвижные игры по развитию общей моторики.	2	
<b>Развитие функциональных возможностей рук, в том числе мелкой моторики (8ч.)</b>			
20	Гимнастические упражнения для развития движений рук. Пальчиковая гимнастика.	1	
21	Обводка, штриховка по трафарету.	1	
22	Аппликация.	1	
23	Лепка.	1	
24	Конструирование фигур и предметов из частей (более 7 деталей).	1	
25	Графический диктант	1	
26-27	Проведение игр по развитию функции рук, в том числе мелкой моторики. Игры с крупной мозаикой, крупами и др.	2	
<b>Развитие зрительно-моторной координации (4 ч.)</b>			
28	Дифференциация правой/левой руки; правой/левой ноги; правой/левой части тела.	1	
29	Ориентировка на теле собеседника, распложенного напротив.	1	
30	Определение расположения предметов в пространстве (справа – слева, вверху – внизу и др.). Пространственная ориентировка на горизонтальной поверхности.	1	
31	Игры по развитию зрительно-моторной координации по кинестетическому и кинетическому развитию.	1	
<b>Диагностика (2ч)</b>			

32-33	Итоговая диагностика динамики двигательного развития в конце учебного года.	2	
-------	---	---	--

**Материально-технические условия реализации коррекционного курса «Двигательная коррекция»**

- Мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители.
- Гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики.
- Аудиоаппаратура.
- Материалы для проведения занятий (винты различной конфигурации, валики, массажеры, плоские и объемные геометрические фигуры, выполненные из различных материалов, сыпучие материалы для развития мелкой моторики, верёвки различной длины и толщины и пр.).
- Детские музыкальные инструменты (бубен, барабан,); народные инструменты (деревянные ложки, трещотки).
- Контейнеры для хранения.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»

**РАССМОТРЕНО**

на заседании ППк

Протокол № 1 от 26.08.2024г.

**ПРИНЯТО**

на заседании

Педагогического совета

протокол №1

от 27.08.2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ «СОШ № 5»

Скиба Лариса Михайловна

Подписано цифровой подписью  
Скиба Лариса Михайловна  
Дата: 2024.08.27 13:15:37 +07'00'

Л.М.Скиба

Приказ от 27.08.2024г.

№ 512-ОД

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса

«Музыкально-ритмические занятия»

для обучающихся 1 класса (дополнительный)

по АООП НОО с РАС (вариант 8.2)

на 2024-2025 учебный год



Бийск 2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по музыкально – ритмическому развитию составлена для учащихся с расстройствами аутистического спектра на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.2) и в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ.

### **Цели и задачи изучения предмета.**

Создание условий для развития навыка движения под музыку, восприятия музыки и речи на слух в естественных условиях на оптимальном расстоянии; формирования самостоятельности, положительных качеств личности и нравственно-этических норм поведения, эстетического воспитания.

### **Задачи:**

- развивать гибкость, пластичность;
- тренировать творческое воображение, навыки самовыражения через движения;
- улучшать координацию движений;
- учить проявлять инициативу, работать с другими детьми (вначале с помощью учителя или тьютора):
- развивать и совершенствовать коммуникативные навыки;
- учить чувствовать мелодию, развивать музыкальный слух и слуховое восприятие;
- формировать уверенность в себе
- расширять кругозор, эстетическое развитие, нравственное развитие

### **Условия эффективности выполнения программы.**

При решении образовательных, эстетических и воспитательных задач на занятиях по ритмике, важно учитывать общедидактические и специфические принципы и подходы:

**Личностно – ориентированное взаимодействие** при котором организация образовательной деятельности строится на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка, учет социальной ситуации его развития.

**Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса**, т.е. создание предметно - развивающей среды в организации образовательного процесса. Организация взаимодействия всех участников образовательного процесса в образовательную и коррекционную работу школы.

**Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок** и требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. При этом, необходимо помнить, что нагрузки должны сочетаться с качественным отдыхом.

**Систематичность**, то есть регулярность занятий. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

**Вариативность** по интенсивности и продолжительности нагрузок, разносторонности.

**Наглядность** - это демонстрация учителем, тьютором или другим ребенком определенных упражнений, использование различных атрибутов и инвентаря.

**Доступность** предлагаемых упражнений, с учетом принципов: от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

**Закрепление навыков.** Выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.

**Индивидуальный подход,** как создание условий для самостоятельной активности каждого ребенка с РАС, вне зависимости от его особенностей и возможностей.

**Формирование социально активной личности** через взаимодействие с другими детьми и взрослыми, а также применение современных педагогических идей, таких как, «фьюжн» (сплав нескольких видов пластических направлений) и др.

**Деятельностный подход,** т.е. создание оптимальных условий для проявления творческой активности ребенка, способствующей его саморазвитию.

**Личностный подход.** Организация предметно-развивающей среды для максимальной ориентации на личность ребенка, его самостоятельность, инициативу.

**Культурно - исторический подход, при котором** организация образовательной и воспитательной работы строится с учетом национальных ценностей и традиций страны, родного города, деревни, а также через приобщение к основным компонентам человеческой культуры.

Учитель в ходе занятий должен использовать различные методики обучения, подавать упражнения в виде увлекательной игры, поскольку для детей с РАС владением собственным телом представляет значительные трудности. Обучающиеся должны в непринужденной форме осваивать новые для них движения и закреплять их в своем опыте.

С учётом этих особенностей педагогам *рекомендуется:*

- четкое деление на этапы урока, логическая связь этапов;
- подача нового материала небольшими дозами; постоянное повторение в различных вариантах.

Занимаясь ритмикой, детям с РАС не обязательно заучивать точность движений. Основной акцент необходимо делать на то, чтобы научить детей воспринимать ритм, владеть своим телом, пробудить воображение и развить творческие способности.

Танцы, предусмотренные программой по ритмике, просты в исполнении и позволяют детям достаточно успешно овладеть ими, а также способны подарить детям радость и удовольствие. Композиции должны нести в себе определенный сюжет, который выражается с помощью танцевальных движений, пластики и пространственных построений. Небольшие постановки можно делать костюмированными, вовлекать в их реализацию обучающихся разных классов и даже родителей.

Выполняя упражнения в игровой форме, дети с РАС учатся согласовывать движения с музыкой, например, двигаться топающими движениями «паровозиком», водить хоровод, танцевать в паре. Насыщение занятия игровыми упражнениями, имитационными движениями, сюжетно-творческими зарисовками усилит эмоциональное восприятие музыки и движений детьми, а, соответственно, поможет полнее и всестороннее решить поставленные коррекционные и развивающие задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях в качестве динамических пауз – физкультминуток – в том случае, если достаточно большая часть занятия проводится сидя на стульях; или же наоборот – для отдыха – если все занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Дети с РАС не должны встречать критических замечаний по поводу качества исполнения, поскольку это является для них крайне трудным навыком и может повлиять на их желание заниматься ритмикой. В спокойной и дружелюбной обстановке дети раскрепощаются и раскрываются. А работа в группе, приобщение к единому танцевальному процессу развивает коммуникативные навыки и способствует коррекции имеющихся у них особенностей.

Разучивая новое движение, учитель должен стараться использовать его в различных комбинациях, связках, чтобы ребенок с РАС запомнил его и умел использовать самостоятельно.

При определении подходов к обучению, особое внимание следует уделять повышению уровня эмоционального, личностного и интеллектуального развития обучающихся с РАС. Характерной особенностью учебно-воспитательного процесса должно стать активное взаимодействие с обучающимися в целях максимального использования потенциальных возможностей каждого.

При определении методик обучения особое внимание уделяется повышению уровня интеллектуального развития обучающихся с РАС. Характерной особенностью учебно-воспитательного процесса должно стать активное воздействие на умственное развитие детей с РАС в целях максимального использования потенциальных возможностей каждого.

В целях успешного решения задач обучения в этих классах активно используются организационно-педагогические технологии:

- 1) сочетание индивидуальной и дифференцированной работы с обучающимися с РАС на уроке и коррекционном занятии, с целью устранения причин, вызывающих трудность в обучении, оказание индивидуальной помощи обучающимся с РАС;
- 2) информационно - коммуникационная технология в целях развития коммуникативной культуры, развития речи, памяти и т.д.
- 3) из предметных технологий используются игровая технология, метод проектов и т.д. для развития познавательных интересов обучающихся с РАС в соответствии с возрастными особенностями.

**С целью достижения планируемых результатов освоения ФАОП НОО обучающихся с РАС используются:**

- формы организации учебного процесса: работа в группах и в парах, проектная работа, дидактические игры, дифференциация процесса.
- Методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-репродуктивный, проблемно-ситуативный, рассказ, объяснение, беседа и др.
- Формы определения уровня развития УУД обучающихся с РАС: рефлексия работы, самооценка (с помощью учителя или тьютора), проекты, тесты, и др.

В разделе тематического планирования рабочей программы учтены возможности использования электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами, реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов):

<http://www.autism.ru/autism.asp>

<https://autism-frc.ru/autism>

<http://psyjournals.ru/autism/index.shtml>

<http://www.osoboedetstvo.ru/>

### **Место коррекционного курса**

Часы на изучение курса коррекционно – развивающей области «Музыкально – ритмическое развитие» в 1 дополнительном классе составляют 33 ч (1 ч в неделю, 33 учебные недели)

Срок реализации программы: 2024-2025 учебный год

## **Общая характеристика коррекционного курса «Музыкально-ритмические занятия»**

Уроки ритмики, предоставляют всем детям возможности не только для физической, но и для культурной и творческой деятельности, позволяют сделать более динамичной и плодотворной взаимосвязь образования, культуры и искусства. Ритмика для детей с расстройствами аутистического спектра крайне значима и направлена на развитие музыкальности, координации, чувства ритма. Музыкально-ритмическое воспитание прививает детям интерес к движению, способствует улучшению координации, повышению пластичности, снижению проявлений механической походки и является полезным материалом для развития воображения и творческой активности.

Формирование опыта эмоционально-образного восприятия, начальное овладение ритмическим упражнениями, приобретение знаний и умений, овладение универсальными учебными действиями, становится фундаментом обучения на дальнейших ступенях общего образования, обеспечивает введение учащихся в мир искусства и понимание неразрывной связи движения и жизни.

Кроме того, ритмика способствует формированию правильной осанки, силы, ловкости и выносливости, что необходимо детям с РАС. Занятия ритмикой позволяют задать правильное направление физическому развитию тела.

Внимание на занятиях акцентируется на личностном развитии, нравственно-эстетическом воспитании, формировании культуры мировосприятия младших школьников через эмоционально-эстетический отклик на движение и музыку. Уже на начальном этапе обучения дети с помощью педагога и тьютора учатся понимать, что музыка и движение открывают перед ними возможности для познания чувств и мыслей человека, развивают способность сопереживать, встать на позицию другого человека, вести диалог, участвовать в обсуждении значимых для человека явлений жизни и искусства, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Это способствует формированию интереса и мотивации к дальнейшему овладению различными видами деятельности и организации своего культурно-познавательного досуга.

Содержание обучения ориентировано на целенаправленную организацию и планомерное формирование ритмической учебной деятельности, способствующей личностному, коммуникативному, познавательному и социальному развитию растущего человека. Кроме того, на данном предмете для детей с РАС широко решаются коррекционные задачи, в том числе по представлению себя, умению владеть своим телом и использовать эти навыки в процессе коммуникации и формирования социального поведения.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

Освоение обучающимися рабочей программы, предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных.

**Предметные результаты** рабочей программы по музыкально – ритмическому развитию включают освоение обучающимися с РАС специфических умений, знаний и навыков для данной предметной области и готовность их применения. Предметные результаты обучающихся данной категории не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

### Планируемые результаты освоения коррекционного курса

#### Личностные результаты

–Сформированности мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.

–Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.

–Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

**Метапредметными результатами** освоения курса «Музыкально-ритмические занятия» является формирование регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий, обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями (составляющими основу умения учиться), с учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с РАС.

#### Регулятивные результаты:

–умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

–учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

–планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

–самовыражение ребенка в движении, танце.

#### Познавательные результаты

Обучающиеся должны уметь:

–понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

–организованно строиться (быстро, точно);

–сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

–самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

–соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

–правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

#### **Коммуникативные результаты:**

–учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

–формулировать собственное мнение и позицию;

–договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

–умение координировать свои усилия с усилиями других.

#### **Предметные результаты**

##### **1 класс(дополнительный)**

– - развитие художественного вкуса, устойчивого интереса к музыкально-ритмическому искусству и различным видам (или какому-либо виду) творческой деятельности;

– - развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов искусств, размышлять о музыке и танцевальном искусстве как способе выражения духовных переживаний человека;

– - общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства;

– - представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, региональной самобытности музыкального и танцевального искусства разных народов.

## Содержание коррекционного курса

### 1 класс (дополнительный)

#### Упражнения на ориентировку в пространстве.

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. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

#### Ритмико-гимнастические упражнения.

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.

#### 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, протоптывание простых ритмических рисунков.

#### Упражнение на расслабление мышц

Имитация отряхивания воды с пальцев. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

#### Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

#### 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**

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, подбоченившись 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.

### Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Распевание, сольфеджирование	4 часа
2	Разучивание песенного материала (Восприятие музыки)	2 часа
3	Музыкально – коррекционные игры	5 часов
4	Драматизации	4 часа
5	Тематические уроки	2 часа
6	Распевание, сольфеджирование	4 часа
7	Разучивание песенного материала (Восприятие музыки)	2 часа
8	Музыкально – коррекционные игры	5 часов
9	Драматизации	3 часа
10	Тематические уроки	2 часа
	Итого	33 часа

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения
1	Формирование навыка «музыкальное» приветствие. Формирование навыка «музыкальное» прощание. Элементы дыхательной гимнастики: погладить нос, подуть на ладошку. Разучивания гласных с логопедическими жестами (с элементами фонетической ритмики)	1	
2	Логопедические распевки-стихи на гласные с включением эмоциональной окраски. Элементарные хоровые распевки на слоги	1	
3	Разучивание пальчиковых игр с музыкальным сопровождением (музыкальное переложение известных русских народных песен). Логопедические распевки на слоги «Ба», «Ра», «Ло», «Мо»	1	
4	Знакомство с детскими песенками про игрушки с помощью атрибутов: лошадка, зайка, рыбка, котик, собачка («Коровушка» р.н.п. в обработке М. Красева; «Бобик» слова Н. Найдёновой, музыка Т. Попатенко	1	
5	Песня «За грибами» музыка и слова З. Б. Качаевой	1	
6	«Тучка» песня – хоровод музыка и слова М. А. Савельевой	1	
7	«На лесной тропинке», «Пушистые гости», «Лесная полька» песни – игры музыка и слова И. Г. Смирновой	1	
8	Игра на инструментах детского шумового оркестра. Отстукивание ровных метрических долей в быстром и медленном темпе тихо и громко. Сборник «Шла кукушка мимо леса» (народные игры, потешки, считалки в переложении для детского оркестра)	1	
9	Пальчиковые игры из сборника М.Ю. Картушиной «Логоритмика для малышей» (занятия 1 – 19)	1	
10	Формирование навыка построения в круг. Игра в кругу. Элементарные танцевальные движения «Карнавал сказок» аудиоприложение к программе «Ладушки» И. Каплуновой, И Нолвоскольцевой «Чок, чок, каблучок», CD Т. Сауко «Топ, хлоп, малыши» осень, зима.	1	
11	«Игра у ёлки» (игра – хоровод) Музыка и слова И. Г.	1	

	Смирновой. «Праздничная ёлочка» (хоровод) музыка и слова А. А. Ивановой		
12	Уроки – репетиции к общешкольному празднику «День учителя»	1	
13	Разучивание музыкальных номеров постановки общешкольного утренника «Новый год»	1	
14	Разучивание отдельных номеров утренника с героями постановки «Новый год». Уроки – репетиции новогоднего утренника	1	
15	Уроки – репетиции новогоднего утренника	1	
16	Обобщающий урок по теме «Приметы осени» с использованием аудио материалов, атрибутов, инструментов шумового оркестра, разученных песен и музыкально – ритмических упражнений	1	
17	Обобщающий урок по теме «Приметы Зимы» с использованием аудио материалов, атрибутов, инструментов шумового оркестра, разученных песен и музыкально – ритмических упражнений	1	
18	Закрепление навыка «музыкальное» приветствие. Формирование навыка «музыкальное» прощание. Элементы дыхательной гимнастики. Разучивание гласных с логопедическими жестами (с элементами фонетической ритмики)	1	
19	Логопедические распевки-стихи на гласные с включением эмоциональной окраски. Элементарные хоровые распевки на слоги	1	
20	Разучивание пальчиковых игр с музыкальным сопровождением. Логопедические распевки на слоги с использованием жестов «Ма», «Ла», «Лу», «Му», «Зу», «Ра»	1	
21	Разучивание детских песенок про игрушки с помощью атрибутов (корова, зебра, собачка, лошадка) «Цыплята» музыка И. Бодраченко, слова В. Берестова «Лошадка» слова и музыка Е. Макшанцевой	1	
22	«Весёлый колокольчик» слова В. Татарина, музыка Г. Анисимовой	1	
23	«Солнышко» музыка М. Раухвергера, слова А. Барто	1	
24	«Ой, бежит ручьём вода» песня – игра русский текст	1	

	Н. Френкель		
25	«Веснянка» песня – игра русский текст О. Высотской		
26	Игра на инструментах детского шумового оркестра (по выбору)	1	
27	Разучивание пальчиковых игр с музыкальным сопровождением М. Ю. Картушина «Логоритмика для малышей» (занятия 20 – 33)	1	
28	Закрепление навыка построения в круг. Соблюдение дистанции в ходьбе и беге по кругу  Закрепление навыка элементарных танцевальных движений CD Т. Суворовой «Танцуй, малыш! »	1	
29	Уроки – репетиции к празднику «8 Марта»	1	
30	Разучивание музыкальных номеров постановки общешкольного утренника «Выпускной». Уроки – репетиции выпускного утренника	1	
31	Уроки – репетиции выпускного утренника	1	
32	Обобщающий урок по теме «Музыка весны» с использованием аудио материалов, атрибутов, инструментов шумового оркестра, разученных песен и музыкально – ритмических упражнений	1	
33	Обобщающий урок по теме «Здравствуй, лето!» с использованием аудио материалов, атрибутов, инструментов шумового оркестра, разученных песен и музыкально – ритмических упражнений	1	

## **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечению**

### **Учебно-методическая и справочная литература:**

- М.А Косицина, И.Г. Бородина Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.; Изд-во «Гном» и Д.
- Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение
- Медведева Е.А. и др. Музыкальное воспитание детей с развитием и коррекционная ритмика. / Под ред. Е.А.Медведевой. - М.Издательский центр «Академия»
- Е.А. Медведева. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. Изд. центр «Академия»
- Э Финкельштейн Музыка от а до я. Издательство «Композитор - Санкт – Петербург»

### **Аудио и видео материалы**

- информационные сайты, интернет-ресурсы, энциклопедии и др.;
- мультимедийные энциклопедии;
- аудиозаписи и фонохрестоматии по музыке (CD);
- видеофильмы, посвященные творчеству выдающихся отечественных и зарубежных композиторов;
- видеофильмы с записью фрагментов из балетных спектаклей;
- видеофильмы с записью известных оркестровых коллективов;
- видеофильмы с записью известных хоровых коллективов и т.д.

### **Технические средства обучения**

- компьютер;
- мультимедийный проектор;
- экран;
- принтер;
- музыкальный центр;
- DVD.

### **Учебно-практическое оборудование:**

- аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления демонстрационного материала;
- музыкальный инструмент: цифровое пианино.
- комплект элементарных музыкальных инструментов:

бубен;

бубенцы;

колокольчики;

кастаньеты;

ритмические палочки;

ручной барабан;

ксилофон;

ложки (музыкальные ложки);

маракас;

металлофон;

погремушки;

треугольник;

театральный реквизит (костюмы, декорации, обручи, гимнастические палки, платочки и пр.)