



Отдел образования

Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа №17**

**Невского района Санкт-Петербурга**

192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1

тел./факс 417-55-60 тел. 417-55-58

ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТО:

на Педагогическом совете  
Протокол № 1  
от « 31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 77-ш от «01» сентября 2023  
Директор ГБОУ школа № 17  
Невского района Санкт-Петербурга  
С.В. Сандеева

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности

Направление: общекультурное

Коррекционный курс: "Музыкально-ритмические занятия"

Вид программы: Адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с расстройствами аутистического спектра с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 8.3)

1 б класс (1 год обучения)

Разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1

Составил (и): Кузнеченкова Екатерина Александровна

Санкт-Петербург 2023 г.

### **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по коррекционному курсу "Музыкально-ритмические занятия" для обучающихся 1 б класса (1 год обучения) с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) реализует требования в общеразвивающей области внеурочной деятельности Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с расстройствами аутистического спектра с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и является частью Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (принята решением Педагогического совета - протокол №... от \_\_\_\_\_ года, с учетом мнения родителей - протокол № ... от \_\_\_\_\_ года. Утверждена директором ГБОУ № 17 Невского района СПб – приказ № ... от \_\_\_\_\_ года.) (далее – АООП УО). Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. N 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения школы №17 Невского района Санкт-Петербурга и другими Локальными актами школы № 17.

Реализация учебной программы обеспечивается УМК, утвержденным ежегодным приказом по образовательному учреждению №17 и списком учебников, допущенных и рекомендованных к использованию Минпросвещения России в образовательном процессе.

Рабочая программа по музыкально-ритмическому занятию составлена для учащихся с расстройствами аутистического спектра и легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ и примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра.

### **Цель курса:**

Оказывать коррекционное воздействие на физическое развитие, создав благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие, формируя умения ориентироваться в пространстве.

### **Задачи**

- способствовать выработке необходимых музыкально-двигательных навыков;
- научить детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы;
- научить слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, - играть на простейших музыкальных инструментах;
- развитие представления учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем;
- развитие ловкость, быстроту реакции, точность движений;
- развитие слухового восприятия, способности переживать содержание музыкального образа.

### **2. Описание места курса в плане внеурочной деятельности:**

Направление внеурочной деятельности	Название курса внеурочной деятельности	Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю
Общекультурное	Музыкально-ритмические занятия	33	1

В соответствии с календарным учебным графиком, выходными и праздничными днями программа может быть скорректирована.

### **3. Планируемые результаты изучения курса.**

*Учащийся должен уметь:*

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг, и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
- владеть социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни (представления об устройстве домашней и школьной жизни; уметь включаться в разнообразные повседневные школьные дела);
- владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- развивать положительные свойства и качества личности.

#### **4. Материально-технического обеспечения курса**

А.Айдарбекова по предмету «Ритмика» для 1-4 классов специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида Издательство «Просвещение», 2012 год, под редакцией В.В. Воронковой.

Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». ( М., 2008).

Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» ( М.: Просвещение, 1989).

Наглядные пособия:

1. Музыкальные инструменты.
2. Спортивный инвентарь.
- 3.Картинки

Технические средства обучения:

1. Компьютер.
2. Принтер.
3. Интерактивная доска.

### **Содержание курса**

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ – 4 часа**

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.

### **РСодержание курса**

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ – 4 часа**

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Наклоны и повороты туловища вправо, влево. Приседания с опорой и без опоры, с предметами. 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. 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).

#### УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ – 5 часов

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 – 6 часов

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистрами. Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям, 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 – 6 часов

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.



### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Дата план	Дата коррекции	Тема занятия	Содержание деятельности видов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве			Введение в предмет.	Знакомство
2				Правила техники безопасности	Ознакомление с правилами безопасности во время подвижных игр и упражнений
3				Упражнения на ориентировку в малом пространстве.	Разучивание разминки по кругу, ориентировка в пространстве.
4				Упражнения на ориентировку в пространстве.	марш -ходьба по кругу (на пяточках, на носочках) -цапельки (поднятие ног до колена) -лошадка (колени вверх или назад - достаём хвостик у лошадки)
5	Ритмико-гимнастические упражнения			Ритмико-гимнастические упражнения, общеразвивающие.	Упр. «Сбор ягод», игратминиатюра «Дружная семья», упр. «Тропинка», этюды «Кривляка», «Разное настроение»
6				Игры под музыку.	Игра-упражнение «Самолёты», двигательное упр. «Хлопай», упр. «Ветерок и ветер»
7				Ритмико – гимнастические упражнения на координацию движений.	упр. «Займи своё место», «Весёлые ладошки».
8				Активизация внимания к единой правильной интонации.	Упражнение «Марш»

9			Развитие слухового внимания.	Игра-потешка «Дедушка Егор», упр.«У оленя дом большой», упр. «Качание куклы»
10			Чувство ритма на специальных ритмических упражнениях.	игра-упр. «У мишки дом большой», дых. упр. «Свечи»
11			Ритмико – гимнастические упражнения на расслабление мышц.	релаксационные упр. «Солдат и тряпичная кукла», «Конкурс лентяев», «Большая жёлтая луна».
12			Ходьба по залу под музыку.	Ходьба
13			Упражнения для рук	Перекрестное поднимание и опускание рук.
14			Развитие выносливости. укрепление дыхания и сердечно-сосудистой системы, укрепление стопы	Прямой галоп. Маховые движения рук.
15			Развитие выносливости. укрепление дыхания и сердечно-сосудистой системы, укрепление стопы	Изменения направления и формы ходьбы, бега, поскоков.
16			Формирование понятия русский народный танец.	Виды танцев : Хоровод, кадриль
17	Игры под музыку		Хороводный шаг, шаг на всей ступне.	упр. «Хоровод»
18			Элементы русской пляски.	«пружинка», «присед», «попеременное притопывание»
19			Выполнение простых движений с предметами.	Перекидывание мяча под музыку
20			Упражнения для ног.	«Мишка». 1. Ходьба на носках, на пятках, на наружной стороне

				стопы, поджав пальцы; перекатом с пятки на носок.
21			Отстукивание, прохлопывание простых ритмических рисунков.	Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет
22			Игры с пением.	Упражнение «Тише – громче»
23	Упражнения с детскими музыкальными инструментами		Знакомства с музыкальными инструментами.	Детские муз.инструменты(пищалки,бубны, трещотки, муз.треугольник, погремушки и др.),
24			Классификация музыкальных инструментов.	Разделение на струнные, ударные, клавишные
25			Игра на музыкальных инструментах.	пальчиковая гимнастика. -логоритмические упражнения. -выполнение несложных упражнений на детских музыкальных инструментах.(исполнение различных ритмов на барабане)
26			Игры с речевым сопровождением	Упражнение «Дождик»
27			Упражнения на выработку осанки.	«Ходим в шляпе». Ходьба с мешочком песка на голове.
28	Танцевальные упражнения		Упражнения для рук.	«Ловкие руки». Ходьба с предметами в руках (мячи, шарики, флажки, ленточки) с заданиями: а) на каждый шаг руки вперед, в стороны, вверх; б)

			круговые движения кистями; в) круговые движения плечевых суставах; г) передача предмета из правой руки в левую впереди себя, из левой в правую - за спиной.
29		Работа над правильным дыханием.	Дыхательное упр. «Свеча», «Сова», «Дровосек» «Насос и мяч», «Деревья», «Певец»
30		Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево.	<b>«Встали в круг».</b> Ходьба по кругу, взявшись за руки, со сменой направления, собираясь в центр, расходясь в большой круг на вытянутые руки.
31		Музыкальные игры с предметами.	Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет
32		Игры с пением и речевым сопровождением	Птица «Кар»
33		Танец «Маленьких утят».	Разучивание танца



