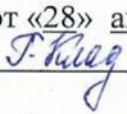


с. Первомайское Кашарского района Ростовской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Первомайская средняя общеобразовательная школа

«Утверждаю»
Директор МБОУ Первомайской СОШ
Приказ от «28» августа 2025 № 72

(подпись)



Адаптированная рабочая программа
для обучающихся с ЗПР (задержка психического развития)
(вариант 1)
по ритмике на 2025 – 2026 учебный год
(учебный предмет , курс)

Уровень общего образования (класс) 2 класс

(начальное общее, основное общее, среднее общее)

Количество часов : 34 (обязательное обучение – 34 часа, индивидуальное – 34 часа).

Учитель: Подгорнова Светлана Николаевна

Категория: высшая

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» разработана на основе «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений (вариант 7.2) 1—4 классы» под редакцией В. В. Воронковой — Москва «Просвещение», 2010 год. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации

Пояснительная записка.

Адаптированная рабочая программа по ритмике для учащегося 2 класса с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), обучающегося по программе с задержкой психического развития (ЗПР)(вариант 7.2) составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования.

Рабочая программа разработана на основе:

- программы специальных коррекционных образовательных учреждений VII вида. 1-4 классы под ред. В.В. Воронковой, М.: Просвещение, 2013;

Адаптированная рабочая программа обучающихся с ОВЗ предполагает, что учащийся с задержкой психического развития (ЗПР) получает образование, полностью соответствующее по итоговым достижениям к моменту завершения обучения образованию обучающихся, не имеющих ограничений по возможностям здоровья, в те же сроки обучения (1 - 4 классы).

Определение варианта адаптированной программы обучающегося с ЗПР осуществляется на основе рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссией (ТПМПК), сформулированных по результатам его комплексного психолого-медико-педагогического обследования, с учетом ИПР в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

Данная адаптированная образовательная программа учебного предмета «Ритмика» учитывает особенности психофизического развития обучающихся с ОВЗ и составлена в соответствии с принципами коррекционной педагогики. При разработке адаптированной рабочей программы учитывались специфические особенности обучения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Целью программы является создание условий для личностного развития обучающихся с ЗПР и коррекции отклонений в психическом и физическом развитии обучающихся с ЗПР, посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

Задачи программы:

- овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения с звучащими инструментами (дудки, погремушки и т.д.))
- развитие умения воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка» (динамика, темп и т. д.);
- координации, улучшение осанки;
- развитие умения совместной коллективной деятельности;
- воспитание самоорганизации и самодисциплины;
- приобщение детей к музыке, совершенствование музыкально-эстетических чувств.

Основные виды учебной деятельности учащихся в процессе освоения курса «Ритмика»

Учитывая, что занятия ритмикой являются частью образовательной и коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ЗПР, можно выделить четыре **основных направления работы** с детьми, реализуемые на занятиях ритмики:

- оздоровительное;

- образовательное;
- воспитательное;
- коррекционно-развивающее.

Занятия ритмикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, у детей формируются правильное дыхание, развиваются моторные функции, воспитывается правильная осанка, походка, грация движений, что способствует в целом оздоровлению всего детского организма.

Таким образом, на первый план выходит необходимость первоначальной коррекции двигательной сферы детей с ЗПР на занятиях коррекционной ритмикой.

С помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка. Музыкально - ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка. Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность.

Занятия ритмикой тесно связаны с обучением на занятиях физкультурой и музыкой. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на занятиях физкультурой и музыкой. На занятиях ритмики происходит дальнейшее практическое освоение понятий, умений и навыков в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. Коррекционно-развивающие занятия ритмикой являются эффективной и адекватной формой проведения занятия при работе с детьми с ЗПР, построенного на сочетании музыки, движения и слова. Ритмика является одной из своеобразных форм активной терапии (с элементами кинезотерапии) средствами специально подобранных методов и методик, направленных на преодоление недостатков психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально-волевой сферы детей с ЗПР средствами музыкально-ритмической деятельности и психоразвивающих упражнений, построенных на сочетании движений, музыки и слова.

Включенные в занятие игры имеют особое значение. Это связано с тем, что игра является основной формой деятельности школьников. Они способствуют развитию произвольности движений и поведения, развитию мышления, личностных качеств детей. Соревновательный характер подвижной игры активизирует личностные, и познавательные качества ребёнка. Вызывает стремление осознать правила игры, даёт возможность почувствовать свое место в команде, свою роль в общей игре. Чтобы ребенку быть успешным в игре среди детей, ему необходимо вовремя включиться в деятельность, правильно выполнять движения и действия. Таким образом, предъявление на занятиях ритмикой заданий в игровой форме и проведение игр позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающего воздействия, а при работе с детьми с ЗПР, иногда это и единственный способ решить на занятии все поставленные задачи. Следует также отметить, что игры создают благоприятные условия для развития творческого воображения.

Общая характеристика учебного предмета.

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

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку осуществляется развитие представления обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц,

соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у обучающихся с интеллектуальными нарушениями часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

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

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

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

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности.

Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

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

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

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

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

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

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

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике.

Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

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

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок».

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения.

Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

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

Исполнение танцев приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Планируемые результаты изучения курса.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «Ритмика».

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.

Содержание учебного предмета «Ритмика»
Содержание программы по коррекционному курсу "Ритмика"
 Программа содержит 4 раздела:

- Упражнения на ориентировку в пространстве
- Ритмико-гимнастические упражнения
- Упражнения с музыкальными инструментами
- Танцевальные упражнения

Место учебного предмета «Ритмика» в учебном плане
 В связи с праздничными днями и перенесёнными днями и (Постановление Правительства РФ от 04.10.2024№1335 «О переносе выходных дней в 2025 году») и проект постановления Правительства РФ, подготовленный Минтрудом России 1июля 2025 года «О переносе выходных дней в 2026 году») осуществлено уплотнение учебного материала. Недостаток учебного времени компенсирован путём интеграции тем курсом. Программа будет пройдена:34ч

Календарно – тематическое планирование

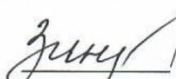
№ урока	Изучаемый раздел, тема учебного материала	Кол-во комбинир. часов			Дата	
		Индив.	Самост .обучен ие	Диста нцион но	По плану	По факт у
Упражнения на ориентировку в пространстве						
1	Вводный урок. Разнообразие движений под музыку.	1			2.09.2025	
2	Ритмические движения в соответствии с характером музыки.	1			9.09.2025	

3	Виды ходьбы (бодрый, спокойный, топающий)	1			16.09.2025	
4	Имитационные движения	1			23.09.2025	
5	Отстукивание простых ритмических рисунков в ладоши, ногами.	1			7.10.2025	
6	Несложные танцевальные движения в композиции	1			14.10.2025	
7	Прямой и боковой галоп, лёгкий бег	1			21.10.2025	
8	Имитационные движения(зверей, птиц).	1			11.11.2025	
9	Разучивание отдельных танцевальных элементов.	1			18.11.2025	
Ритмико-гимнастические упражнения						
10	Согласованность танцевальных движений под музыку	1			25.11.2025	
11	Изменение направления, формы ходьбы, бега, галопа.	1			2.12.2025	
12	Закрепление по теме «Ходьба в различных направлениях».	1			9.12.2025	
13	Что такое оркестр? Знакомство с детским музыкальным оркестром.	1			16.12.2025	
14	Виды музыкальных инструментов	1			23.12.2025	
15	Ритм в музыке.	1			30.12.2025	
16	Исполнение ритма на детских музыкальных инструментах.	1			13.01.2026	
Танцевальные упражнения						
17	Играем в ансамбль.	1			20.01.2026	
18	Что такое танец? Виды танцев	1			27.01.2026	
19	Ознакомление с танцем « Полька».	1			3.02.2026	
20	Разучивание отдельных элементов танца.	1			10.02.2026	
21	Работа над отдельными частями танца, индивидуальная работа	1			17.02.2026	
22	Самостоятельное исполнение танца под музыку	1			24.02.2026	
23	Закрепление выученных танцевальных движений.	1			3.03.2026	
24	Музыкально-игровые образы. Животные	1			10.03.2026	
25	Музыкально-пластическая композиция. Животные	1			17.03.2026	
Упражнения с музыкальными инструментами						
26	Исполнение выученных видов шагов и элементов	1			24.03.2026	

27	Музыкально-игровая композиция «На лесной полянке»	1			7.04.2026	
28	Музыкально-пластическая композиция «На лесной полянке»	1			14.04.2026	
29	Игра на музыкально-шумовых инструментах. Маршировка и бег.	1			21.04.2026	
30	Упражнения на динамику.	1			28.04.2026	
31	Логоритмические упражнения	1			5.05.2026	
32	Музыкально-игровая композиция «Мои игрушки»	1			12.05.2026	
33	Логоритмические упражнения	1			19.05.2026	
34	Урок – концерт « Делай как я!».	1			26.05.2026	

СОГЛАСОВАНО:
 Протокол заседания
 педагогического совета
 МБОУ Первомайской СОШ
 № 1 от 28.08.2025 г.
 Кладиева Г.В.
 Подпись председателя педагогического совета ФИО

СОГЛАСОВАНО:
 Заместитель директора
 МБОУ Первомайской СОШ

 /Зинченко А.В./

Лист внесения изменений в Рабочую программу

Тема по КТП	Дата по КТП	Дата проведения по факту	Пути корректировки (сжатие, совмещение.)

