

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»

Принята на
педагогическом совете
Протокол № 1
от «27» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ «СШ №10»
/Петрушина Н.С./
Приказ № 72/2
от «29» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО
СПЕКТРА
(вариант 8.2)**

**МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ (РИТМИКА)
КОРРЕКЦИОННЫЙ КУРС**

Учитель физической культуры: Аганова И.Б.

Ефремов , 2024г

Оглавление

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»	3
ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»	4
МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ	7
СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА».....	8
1 КЛАСС	9
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	Ошибка! Закладка не определена.
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	11
1 КЛАСС	11
МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	12
Использование электронных ресурсов.....	13
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНОТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ.....	14

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Ритмика» для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (далее – РАС) составлена на основе: Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, от 19 декабря 2014 г. № 1598; адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.2); Программа для общеобразовательных учреждений. Коррекционно - развивающее обучение: Начальные классы / Автор программы Н.А. Цыпина.- М.: Дрофа, 2001.

Программа коррекционного курса «Ритмика» включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы коррекционного курса, тематическое планирование.

Пояснительная записка отражает общую характеристику курса «Ритмика», цели и задачи курса, его значение для социальной адаптации обучающихся с РАС, а также место курса Ритмики в структуре учебного плана.

Планируемые результаты освоения курса «Ритмика» согласуются с задачами данного курса и в целом ориентированы на овладение обучающимися с РАС социальными компетенциями.

В тематическом планировании отражено содержание образовательно-коррекционной работы по всем выделенным тематическим разделам; раскрывается характеристика основных видов деятельности обучающихся с РАС с учётом их психофизических возможностей, особых образовательных потребностей, специфических задач курса Ритмики.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

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 ритмическими 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.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

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.

МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

На изучение коррекционного курса «Ритмика» в начальной школе отводятся часы внеурочной деятельности учебного плана, входящие в коррекционно-развивающую область. При реализации варианта 8.2 ФАОП НОО, коррекционный курс «Ритмика» изучается в 1-1 дополнительном классе. Время, отводимое на проведение одного коррекционного занятия, составляет 40 минут. Занятия проводятся в группах, фронтально, 1 час в неделю (33-34 часа в год).

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

Содержание программы предполагает включение упражнений на ориентировку в пространстве, совершенствование навыков ходьбы, построения, что крайне актуально для обучающихся с РАС. Большое внимание уделяется ритмико – гимнастическим упражнениям, включающим наклоны, повороты, упражнениям на развитие осанки и координацию движений.

Обучение восприятию музыки как составной части других видов деятельности — музыкально-ритмических движений, игры на элементарных инструментах, декламации песен под музыку предполагает развитие у учащихся в процессе формирования исполнительских навыков постоянного целенаправленного вслушивания в музыкальное сопровождение. Музыкальный материал, используемый на занятиях, должен быть художественным, соответствовать возрасту и интересам учащихся, возможностям восприятия ими музыки в данный период обучения, принципам педагогической целесообразности и воспитывающего обучения.

Ученики сначала различают и узнают пьесы в условиях, когда видят и слышат исполнение музыки учителем, затем только на слух (восприятие музыкального инструмента и исполнения учителем музыки исключается, например дети встают спиной к пианино). В процессе работы учащиеся воспринимают музыку в записи.

Учащиеся также учатся дирижировать, исполнять ритмический рисунок мелодии руками, моделировать движениями высотные соотношения звуков.

Обучение декламации песен под музыку способствует совершенствованию произносительных навыков школьников, развитию у них способности проникновения в эмоциональное содержание песни, выразительного коллективного ее исполнения. Дети обучаются эмоциональной, внятной и выразительной декламации песен под аккомпанемент, точному воспроизведению ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.).

Репертуар включает народные и современные детские песни, которые должны быть художественными, соответствовать возрасту детей, их интересам и произносительным возможностям.

На занятиях дети овладевают игрой на элементарных музыкальных инструментах (металлофоне, бубне, ксилофоне, барабане, румбах, маракасах, треугольниках, тарелках и т. д.), учатся исполнять в ансамбле ритмический аккомпанемент к музыкальной пьесе или песне.

В процессе обучения реализуется дифференцированный подход к учащимся, учитывающий индивидуальные особенности детей с РАС.

На занятиях педагог использует инсценирование музыкальных сказок (или наиболее ярких фрагментов из них), соответствующих особенностям обучающихся, их интересам.

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 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.

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 поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). 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. 1.3

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 барабанах 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.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 1 КЛАСС

- - 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся
Упражнения на ориентировку в пространстве 5 ч	<p>Правильное исходное положение.</p> <p>Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка.</p> <p>Построение в круг из шеренги, цепочки.</p> <p>Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.</p> <p>Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.</p>
Ритмико–гимнастические упражнения 13 ч	<p>Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»)</p> <p>Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты)</p> <p>Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку)</p> <p>Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч)</p> <p>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</p> <p>Упражнения на выработку осанки</p>
Упражнения на координацию движений Упражнение на расслабление мышц	<p>Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх</p> <p>Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в</p>

	<p>сторону и т. д.</p> <p>Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом</p> <p>Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков</p> <p><u>Имитация отряхивания воды с пальцев</u></p> <p><u>Свободное круговое движение рук</u></p> <p><u>Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник)</u></p>
<p>Упражнения музыкальными инструментами</p> <p>5 часов</p>	<p>сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. Движение кистей рук в разных направлениях.</p> <p>Поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.</p> <p>Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке.</p> <p>Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих.</p> <p>Выделение пальцев рук.</p> <p>Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них.</p> <p>Упражнения для пальцев рук на детском пианино.</p> <p>Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе</p>
<p>Игры под музыку</p> <p>5 часов</p>	<p>Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий).</p> <p>Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий танцевальный бег сменяется стремительным спортивным; легкое подпрыгивание – тяжелым и т.д.).</p> <p>Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах (повадки зверей и птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным</p>

	<p>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.</p>
<p>Танцевальные упражнения 6 часов</p>	<p>Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерны особенности танцев разных национальностей. 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.</p>
Итого: 34 часа	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов	Дата проведения	Примечание
I ЧЕТВЕРТЬ, 8ч.		8		
1.	Развитие эмоциональной отзывчивости на ритмичные звуки.	1	03.09	
1.	Выполнение ритмичных движений под звучащие инструменты, ориентировка в пространстве.	1	10.09	
1.	Ходьба и бег по ориентирам.	1	17.09	
1.	Выполнение движений под музыку.	1	24.09	
1.	Остановка по команде.	1	01.10	
1.	Ориентировка в направлении движений вперед, назад.	1	08.10	
1.	Игра «Вперёд-назад».	1	15.10	
1.	Упражнения на движение без предметов.	1	22.10	
II ЧЕТВЕРТЬ, 7ч.		7		
1.	Упражнения на движение без предметов.	1	12.11	

1.	Упражнения на движение с предметами (флажок).	1	19.11	
1.	Упражнения на движение с предметами (погремушка).	1	26.11	
1.	Упражнения на движение с предметами (бубен).	1	03.12	
	Выполнение движений в определённом ритме под музыку.	1	10.12	
1.	Выполнение двигательных упражнений по короткой словесной инструкции.	1	17.12	
1.	Движения под музыку или звучащие инструменты «Покачаем куклу».	1	24.12	
	III ЧЕТВЕРТЬ, 9ч.	9		
1.	Упражнение на сопровождение движений «звучащими» жестами.	1	14.01	
1.	Упражнение на сопровождение движений шумовыми инструментами.	1	21.01	
1.	Упражнение на сопровождение движений хлопанием в ладоши.	1	28.01	
1.	Упражнение на сопровождение движений топанием ногами.	1	04.02	
1.	«Кто я?» (изображаем движения животных).	1	18.02	
1.	«Кто я?» (изображаем движения животных).	1	25.02	
1.	«Кто я?» (изображаем движения животных).	1	04.03	
1.	«Попробуй повтори».	1	11.03	
1.	«В гости к пальчику большому».	1	18.03	
	IV ЧЕТВЕРТЬ, 9ч.	9		
1.	«Посадка овощей по ориентирам».	1	01.04	
	«Сбор овощей по ориентирам».	1	08.04	
	«Возьми флажок».	1	15.04	
	«Не урони мешочек».	1	22.04	
	Имитационные упражнения под песню «Лошадка».	1	29.04	
1.	Имитационные упражнения под песню «Котёнок».	1	06.05	
1.	Имитационные упражнения под песню «Пароход».	1	13.05	
1.	«Запомни движение».	1	20.05	
1.	Праздник танца и движений.			

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Материально-техническое обеспечение начального школьного образования детей с РАС должно отвечать не только общим, но их особым образовательным потребностям, поэтому для успешной реализации программы необходимо выполнить следующие требования:

Помещение

- Актальный зал

Мебель

- Шкафы
- Стулья большие, маленькие
- Банкетки
- Стол письменный

Оборудование

- Компьютер
- Звуковоспроизводящая аппаратура
- Мультимедиа оборудование
- Музыкальный центр
- Электрическое пианино
- Фортепиано

Оснащение

- Фонотека
- Комплект детских музыкальных инструментов
- Вспомогательные аксессуары
- Ленты, обручи, флажки
- Нотная литература
- Методическая литература
- Ширма

Использование электронных ресурсов

- 1 урок.рф>library/rabochaya_programma_po_ritmike_...
- 2 232spb.ru>userfiles/files/Музыкально-ритмическое ...
- 3 solncesvet.ru>book_work/50190/
- 4 znanio.ru>media/adaptirovannaya-...
- 5 foxford.ru>Увлекательные занятия для 1-4 классов. Попробуйте!
- 6 ecodial.ru>wp-content/uploads/2015/09/Программа-
- 7 ...nskmys218.ru>images/documentation/Образование/ноо...
- 8 http://skorodscool.lbihost.ru>wp-content/uploads/sites/...
- 9 kopt-msh.edu.yar.ru>2023-2024_uchebniy_god/...
- 10 internat4-27khv.ru>images/documents/rp-ritmika-1-...
- 11 siezskol.minobr63.ru>wordpress/wp-content/uploads...

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНОТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

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.