

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Вешкаймский лицей имени Б.П.Зиновьева при УлГТУ

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО учителей  
физической культуры

Руководитель ШМО Глушак В.П./

Протокол № 1

от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

Патяева С.А.

«29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Вешкаймского лицея  
им. Б.П. Зиновьева при УлГТУ

Орлова А.Ю./

Приказ № 273 от «29» августа 2023 г.



Рабочая программа коррекционного курса

обучающегося по АООП образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант1)  
(индивидуальное обучение на дому)

Название внеурочной деятельности: Ритмика

Срок реализации программы, учебный год: 2023-2024 учебный год

Количество часов по учебному плану всего: 9 часов; 0,25 час в неделю

Направление развития личности: спортивно-оздоровительное

Вид внеурочной деятельности: коррекционный курс

Возраст школьников: 3 А класс

Рабочая программа составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)(вариант 1), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «19» декабря 2014 г. №1599;
2. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённой приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022г. №1026;
3. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант1) МБОУ Вешкаймского лицея имени Б.П.Зиновьева при УлГТУ, утверждённой приказом от 29.08.2023 № 272

Рабочую программу составил, должность:

Дронина Г.А.

Дронина Г.А., учитель физической культуры

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Освоение обучающимися АООП, которая создана на основе ФГОС, предполагает достижение ими двух видов результатов: **личностных и предметных.**

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит *личностным* результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

### **Основные личностные результаты внеурочной деятельности:**

- 1) ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;
- 2) ценностное отношение к труду и творчеству, человеку труда, трудовым достижениям России и человечества, трудолюбие;
- 3) осознание себя как члена общества, гражданина Российской Федерации, жителя конкретного региона;
- 4) элементарные представления об эстетических и художественных ценностях отечественной культуры.
- 5) эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее охраны;
- 6) уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов;
- 7) готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности;
- 8) готовность к реализации дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями;
- 9) понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;
- 10) потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;
- 11) развитие представлений об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;
- 12) расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; принятие и освоение различных социальных ролей;
- 13) принятие и освоение различных социальных ролей, умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;
- 14) владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- 15) способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, нормах социального взаимодействия;
- 16) способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;

17) способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты;

18) мотивация к самореализации в социальном творчестве, познавательной и практической, общественно полезной деятельности.

**Предметные результаты** освоения АООП НОО с учетом специфики содержания предметных областей включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР **предметные результаты** должны отражать:

**Коррекционный курс «Ритмика»:** развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, двигательной активности, координации движений, двигательных умений и навыков; формирование умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий; овладение специальными ритмическими упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов и т.д.), упражнениями на связь движений с музыкой; развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития; овладение подготовительными упражнениями к танцам, овладение элементами танцев, танцами, способствующими развитию изящных движений, эстетического вкуса; развитие выразительности движений и самовыражения; развитие мобильности.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

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

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

### **Основные направления работы по ритмике:**

упражнения на ориентировку в пространстве: свободное естественное движение под четко ритмическую музыку. Изменение направления и формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки;

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.

### 3. Тематическое планирование

№	Тема занятия	Количество часов	Дата	
			По плану	Коррекция
	<b><i>Ритмико-гимнастические упражнения .</i></b>	<b>3</b>		
1	Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения на носках, пятках, с прыжком; шаг, подскоки на месте, вокруг себя, вправо, влево.	1	11.09.2023	
2	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений (приседания, полуприседания, наклоны вперед, вправо, влево, назад, галоп).	1	16.09.2023	
3	Игры, упражнения с предметами: мячом, обручем, скакалкой, гимнастической палкой. Прыжки и шаги под музыку через скакалку, палку.	1	13.11.2023	
	<b><i>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</i></b>	<b>1</b>		
4	Знакомство с звучащими инструментами и их возможностями. Игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);	1	18.12.2023	
	<b><i>Упражнения на ориентировку в пространстве</i></b>	<b>2</b>		
5	Свободное естественное движение под четко ритмическую музыку. Изменение направления и формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки.	1	22.01.2024	
6	Простейшие подражательные движения под музыку ( мышки, лисы, кошки, медведя, полёт птички, деревья под ветром, цветка и т.д.) инсценировка детских песен.	1	26.02.2024	
	<b><i>Игры и танцевальные упражнения по музыке</i></b>	<b>3</b>		
7	Элементы танца, простые танцевальные шаги: с носка на пятку, на полупальцах , с высоким поднятием бедра , на пятках , топающие на всей ступне , приставной шаг , галопы , шаг «польки» в сторону , вперед.	1	25.03.2024	
8	Выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев. Музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования, игры по	1	29.04.2024	

	ориентировке в пространстве.			
9	Выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев. Музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования, игры по ориентировке в пространстве.	1	27.05.2024	