

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Брасовская школа - интернат»**

---

**Рабочая программа**  
коррекционного курса  
«Двигательное развитие»  
6 класс

Разработчик программы Крючкова Т.И.

Срок реализации программы – 1 год

Количество часов в неделю 2

Количество часов в год 68

2024 - 2025 учебный год

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
- II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ
- III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
- IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному курсу «Двигательное развитие» составлена на основе следующих нормативных документов:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённый приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599, зарегистрированный в Минюсте России 3 февраля 2015 г., регистрационный номер 35850.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026.

Приказ № 495 от 17 июля 2024 года о внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков психического и физического развития, двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

В ходе психокоррекционных занятий осуществляется психолого-педагогическое воздействие, направленное на устранение отклонений в психическом и личностном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

Основные направления работы:

– познавательная сфера (формирование учебной мотивации,

стимуляция сенсорно-перцептивных, мнемических и интеллектуальных процессов);

- эмоционально – личностная сфера (гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля);

- коммуникативная сфера и социальная интеграция (развитие способности к эмпатии, сопереживанию; формирование продуктивных видов взаимоотношений с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса ребенка в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения).

Цель реализации программы: исправление недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитание положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Задачи программы:

- повышение уровня познавательной активности учащихся;
- формирование у учащихся ритмических движений; развитие внимания, памяти, логического, абстрактного мышления;
- формирование музыкальной пластичности;
- развивать мелкую и крупную моторику;
- исправление недостатков в двигательной деятельности детей;
- помочь самовыражению через занятия музыкально-ритмической деятельностью;
- корректировать нарушения двигательной системы;
- способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения;
- формировать эмоциональные отношения к действительности;
- формировать терпение и упорство, необходимые при работе с шумовыми и музыкальными инструментами;

- формировать коммуникативную культуру, внимание и уважение к людям, терпимость к чужому мнению, умение работать в группе;
- осуществлять эстетическое воспитание.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Вводные занятия. Правила техники безопасности. История возникновения танца. Развитие музыкальности. Простейшие упражнения на изолированную работу отдельных частей тела.

Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Вводные занятия. Правила техники безопасности. История возникновения танца. Развитие музыкальности. Простейшие упражнения на изолированную работу отдельных частей тела.

Раздел 2. Общеразвивающие упражнения.

Основные танцевальные термины и позиции. Танцевальные термины. Музыкальные игры - этюды. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием. Шаг польки. Перестроение из одной шеренги в две, три. Хлопки простые и перекрёстные – парные движения. Перестроение в два и три кружочка из колонн, сужение и расширение их. Упражнения на осанку. Имитация распускающегося цветка. Имитация распускающегося цветка. Движения рук в разных направлениях. Изменения направления и формы ходьбы и бега. Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, вокруг, из круга.

Раздел 3. Упражнения с предметами.

Представления о пространстве и умения ориентироваться в нём. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их комплекс упражнений с обручами. Ориентирование в пространстве зала. Музыкально- ритмические движения в соответствующем заданию музыке ритме. Комплекс упражнений с кубиками. Перестроения с

образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей». Комплекс упражнений с лентами. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Движения рук в разных направлениях с предметами. Бег на полупальцах. Комплекс упражнений с маракасами. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Приседания с предметами (обруч, скакалка). Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.

#### Раздел 4. Игры под музыку.

Перестроения из линейных в объёмные: из шеренги в 2 круга; из колонны в 2 круга; из шеренги в 2-е «цепочки»; из колонны в 2-е «цепочки». Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног: полуприседания. Русский танец. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием скакалок. Приставной шаг в сторону с приседанием; выставление ноги на пятку; поскоки в парах. Прямой галоп-движение в тройках. Отведение стопы наружу и приведение её внутрь. Притопы прихлопы - танцевальные движения. Инсценирование русской народной прибаутки: «Ворон». Составление несложных танцевальных композиций.

#### Раздел 5. Танцевальные упражнения.

Упражнения с использованием собственной силы - например, притягивание туловища к ногам. Различного рода маховые, маятниковые движения отдельными частями тела с постепенным увеличением амплитуды и скорости движения - например, маховые движения ногой. Пружинящие движения отдельными частями тела с постепенным увеличением амплитуды движений - например, пружинистые движения корпусом вверх-вниз в положении выпада. Рывковые движения - например, резкое разведение рук в стороны в горизонтальной плоскости.

### **III Личностные результаты освоения коррекционного курса**

В результате реализации программы «Двигательное развитие» (коррекционно-развивающая область, 6 класс) должно обеспечиваться достижение обучающимися с умственной отсталостью:

- воспитательных результатов:

первый уровень результатов - приобретение обучающимися с умственной отсталостью социальных знаний о ближайшем окружении и о себе, об общественных нормах, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе и т. п.;

второй уровень результатов - получение опыта переживания и позитивного отношения к результатам своего труда, позитивное отношение к результатам других детей, первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний;

третий уровень результатов - получение обучающимися с умственной отсталостью начального опыта самостоятельного общественного действия, формирование социально приемлемых моделей поведения.

Основные личностные результаты освоения программы «Двигательное развитие»:

- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни;

- потребности и начальные умения выражать себя в музыкально-ритмической деятельности;

- расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;

- владение основными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;

- способность элементарно организовывать свою деятельность.



#### IV. Календарное планирование

| №                                                        | Наименование раздела программы и тем занятия                         | Виды деятельности, содержание                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Упражнения на ориентировку в пространстве -4 часа</b> |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                    |
| 1.                                                       | Вводные занятия. Правила техники безопасности.                       | Выполнение<br>-разминки на середине;<br>-разучивание поклона;<br>-ходьба с носка по кругу;<br>-различать настроения, выраженные в музыке;                                                                          |
| 2-3                                                      | История возникновения танца.                                         | Исполнение простейших танцевальных элементов;<br>-танцевальные шаги: подскоки вперед, назад, галоп;                                                                                                                |
| 4-5                                                      | Развитие музыкальности.                                              | Исполнение основных танцевальных правил;<br>-разучивание поклона;<br>-исполнение движений, акцентируя музыкальные фразы ритмический рисунок и постановку корпуса;<br>-учить понятия о трёх основных жанрах музыки; |
| 6-7                                                      | Простейшие упражнения на изолированную работу отдельных частей тела. | -ритмично исполнять различные мелодии;<br>- ритмическое исполнение (хлопки, выстукивания, притоп);<br>-принимать участие в игре -<br>«Повтори ритм».<br>-похлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.   |
| <b>Общеразвивающие упражнения-12 часов</b>               |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                    |
| 8-9                                                      | Основные танцевальные термины и позиции.                             | -проявлять эмоциональную отзывчивость при восприятии произведений;<br>-осуществлять первый опыт ритмической импровизации;<br>-участвовать в совместной деятельности при воплощении музыкальных образов;            |

|       |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10-11 | Танцевальные термины.                                                             | -исполнение простейших танцевальных элементов;<br>-танцевальные шаги: подскоки вперед, назад, галоп;                                                                                                                                                    |
| 12-13 | Музыкальные игры -этюды.                                                          | -исполнение танцевальных игр этюдов: «Солдатики», «Сделай какя»;<br>- парное исполнение соблюдая музыкальные средства выразительности; -позиции рук и ног;                                                                                              |
| 14-15 | Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием. | -ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием.                                                                                                                                                                      |
| 16-17 | Шаг польки.                                                                       | -притопы, прихлопы - танцевальные движения;<br><br>-шаг польки;                                                                                                                                                                                         |
| 18-19 | Перестроение из одной шеренги в две, три.                                         | -выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений;<br>-перестроение из одной шеренги в две, три.                                                                                                               |
| 20-21 | Хлопки, простые и перекрёстные – парные движения.                                 | -разучивание и исполнения танцевальных шагов по диагонали.<br>-уметь двигаться по диагонали друг, за другом соблюдая расстояние;<br>-знать названия основных видов шагов и прыжков;<br>- разучивание хлопков, простых и перекрёстных – парных движений. |
| 22-23 | Перестроение в два и три кружочка из колонн, сужение и расширение их.             | -движение по кругу приставными шагами с приседаниями;<br>-передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке;<br>- перестроение в два и три кружочка из колонн, сужение и расширение их.                                        |
| 24-25 | Упражнения на осанку.                                                             | -ходьба с высоким подниманием колен;<br>-наклоны, повороты головы, круговые вращения плечами;<br>-ориентирование в пространстве зала;                                                                                                                   |
| 26-27 | Имитация распускающегося цветка.                                                  | -ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;<br>-шаг бодрый, спокойный, топающий;<br>- имитация распускающегося цветка.                                                                                                             |

|                                                        |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28-29                                                  | Движения рук в разных направлениях. Изменения направления и формы ходьбы и бега.                                                               | -разучивание и исполнение танцевальных шагов по диагонали.<br>-уметь двигаться по диагонали друг, за другом соблюдая расстояние;                                                                                                                                                          |
| 30-31                                                  | Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо,налево, вкруг, из круга.                                                            | -ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо,налево, вкруг, из круга.                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Упражнения с музыкальными инструментами-6 часов</b> |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 32-33                                                  | Представления о пространстве и умения ориентироваться в нём.                                                                                   | -исполнять движения в перестроениях шахматного порядка с поворотами через правую и левую ногу;                                                                                                                                                                                            |
| 34-35                                                  | Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужениеи расширение их.<br>Комплекс упражнений с обручами.                               | -ориентировка в пространстве зала;                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 36-37                                                  | Ориентирование в пространстве зала.<br>Музыкально-ритмические движения в соответствующем заданию музыке ритме. Комплекс упражнений с кубиками. | -круговые движения кистью(пальцы сжаты в кулак);<br>-противопоставление одного пальца остальным;<br>-движения кистей и пальцев в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений;<br>-комплекс упражнений с кубиками; |
| 38-39                                                  | Перестроения с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей». Комплекс упражнений с лентами.                                        | -перестроения с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей».<br>-комплекс упражнений с лентами;                                                                                                                                                                              |
| 40-41                                                  | Перестроение в круг из шеренги, цепочки.<br>Движения рук в разных направлениях с предметами. Бег на полупальцах.                               | -исполнение движений по диагонали, в круг, в шеренге и в колонне;<br>-показать высоту шага и научить равномерно, распределять повороты в точках;<br>-исполнять танцевальные комбинации с характером музыки;                                                                               |

|                                |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 42-43                          | Выполнение простых движений с предметами ввремя ходьбы. Приседания с предметами (обруч, скакалка). Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. | -приседания с предметами (обруч,скакалка);<br>- изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке;                                                                                                                                                                      |
| <b>Игры под музыку-8 часов</b> |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 44-45                          | Перестроения из из линейных в объёмные: из шеренги в 2 круга; из колонны в 2 круга; из шеренги в 2-е «цепочки»;из колонны в 2-е «цепочки».                                | - перестроения из из линейных в объёмные: из шеренги в 2 круга; изколонны в 2 круга; из шеренги в 2-е «цепочки»; из колонны в 2-е «цепочки».                                                                                                                                                |
| 46-47                          | Упражнения на развитиисилы мышц и подвижности суставов ног: полуприседания.                                                                                               | -полуприседания;                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 48-49                          | Русский танец. Сохранение правильной дистанции во всех видахпостроений с использованием скакалок.                                                                         | -исполнять танцевальные комбинации на запоминания;<br>-участвовать в совместнойдеятельности;<br>-упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии;<br>- сохранение правильнойдистанции во всех видах построений с использованием скакалок.                      |
| 50-51                          | Приставной шаг в сторонус приседанием; выставление ноги на пятку; поскоки в парах.                                                                                        | -самостоятельная смена движенияв соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малококонтрастных частей музыки.<br>-упражнения на формирование умения начинать движения послевступления мелодии;<br>-приставной шаг в сторону с приседанием; выставление ноги на пятку; поскоки в парах. |
| 52-53                          | Прямой галоп- движение втройках.                                                                                                                                          | -разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование;<br>-ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;<br>-шаг бодрый, спокойный,топающий;<br>- прямой галоп- движение втройках.                                          |
| 54-55                          | Отведение стопы наружуи приведение её внутрь. Притопы, прихлопы - танцевальные движения.                                                                                  | -отведение стопы наружу иприведение её внутрь;<br>-притопы, прихлопы - танцевальные движения;                                                                                                                                                                                               |

|                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                              |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 56-57                                 | Инсценирование русской народной прибаутки: «Ворон».                                                                                                               | -составление несложных танцевальных композиций.<br>-импровизация по мотивам музыкальной русской народной прибаутки: «Ворон». |
| 58-59                                 | Составление несложных танцевальных композиций.                                                                                                                    | -составление несложных танцевальных композиций;<br>-игры с пением, речевым сопровождением;                                   |
| <b>Танцевальные упражнения-4 часа</b> |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                              |
| 60-61                                 | Упражнения с использованием собственной силы - например, притягивание туловища к ногам.                                                                           | -упражнения с использованием собственной силы - например, притягивание туловища к ногам;                                     |
| 62-63                                 | Различного рода маховые, маятниковые движения отдельными частями тела с постепенным увеличением амплитуды и скорости движения - например, маховые движения ног.   | - маховые движения ног с постепенным увеличением амплитуды и скорости движения;                                              |
| 64-65                                 | Пружинящие движения отдельными частями тела с постепенным увеличением амплитуды движений - например, пружинистые движения корпусом вверх-вниз в положении выпада. | -пружинящий бег;<br>-поскоки с продвижением назад(спиной);<br>-быстрые мелкие шаги на всей ступне и полупальцах;             |
| 66-68                                 | Рывковые движения -например, резкое разведение рук в стороны в горизонтальной плоскости.                                                                          | -рывковые движения рук в стороны;                                                                                            |

