

**Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями
здоровья «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»**

<p>СОГЛАСОВАНА Заместитель директора по УР КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3» <i>Яковлева</i> Я.В. Яковлева «30» 08 2023г.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ Директор КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3» Зенич Приказ № 108 2023 г.</p> 	<p>Рассмотрена на заседании Педагогического Совета ОУ Протокол № 1 «31» 08 2023г.</p>
---	--	---

Рабочая программа учебных дисциплин в 3 классе

Адаптированная основная общеобразовательная программа
обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными
нарушениями), вариант 1

Учитель: Ващеникина Е.С.
Высшая квалификационная категория.

2023/2024 учебный год

**Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение
«Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»**

<p align="center">СОГЛАСОВАНА</p> <p>Заместитель директора по УР КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»</p> <p>_____ / Я.В. Яковлева</p> <p>«_____» _____ 20__ г.</p>	<p align="center">УТВЕРЖДЕНА</p> <p>Директор КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»</p> <p>_____ / А.И.Зенич</p> <p>Приказ № _____ от _____ 20__ г.</p>	<p align="center">РАССМОТРЕНА</p> <p align="center">на заседании Педагогического Совета ОУ</p> <p>Протокол № _____</p> <p>«_____» _____ 20__ г.</p>
--	--	---

Рабочая программа по ритмике в 3 классе

Адаптированная основная образовательная программа
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (1 вариант)

Учитель: Ващеникина Е. С.

2023/2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общая характеристика коррекционного курса

Цель коррекционных занятий по ритмике – осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых школьников средствами музыкально - ритмической деятельности.

В программу по ритмике включены здоровьесберегающие технологии, формирующие компетенцию здоровьесбережения и самосовершенствования. Эти технологии помогают быстро и легко устанавливать дружеские связи с другими детьми. Дают психотерапевтический эффект:

- Эмоциональную разрядку
- Снятие умственной перегрузки
- Снижение нервно – психического напряжения
- Восстановления положительного энергетического тонуса

Основными **задачами** занятий по ритмике являются:

- развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;
- обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;
- расширение кругозора школьников через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;
- создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;
- формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;
- коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы.

Решение поставленных задач имеет большое значение для коррекции недостатков психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, их познавательных возможностей и интересов.

Содержание коррекционного курса «Ритмика»

Проведение коррекционных занятий ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на обучающихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших школьников, исправлению недостатков физического развития, общей моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

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

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданным направлением, перестроение с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», движение к определённой цели между предметами) осуществляется развитие представлений обучающихся о

пространстве и умении ориентироваться в нём.

Упражнения с предметами развивают ловкость. Быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умению ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движения рук. Этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать характер музыки (весёлая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве», «Ритмико-гимнастические упражнения», «Упражнения с детскими музыкальными инструментами», «Игры под музыку», «Танцевальные упражнения».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определён их объём, а также указаны знания и умения, которым должны овладеть учащиеся. Занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности. 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, выработку координации движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением, сопоставление пальцев. Задание на координацию рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Обучение танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков чёткого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы, дети знакомятся с названием танцев и их основными движениями (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и другие).

Структура программы по ритмике:

- музыкально-ритмическая деятельность, которая включает в себя ритмику с элементами лечебной физкультуры, творческие задания на реализацию определённых музыкальных образов, танцевальных упражнений и композиций (тематические занятия, сюжетные занятия, игровые занятия, импровизация.)

• **Тематические занятия** состоят из подготовительной, основной и заключительной частей, на таком занятии происходит развитие гибкости, пластичности, развития способности к выразительному исполнению движений (ходьба, бег, прыжки, общеразвивающие упражнения, плясовые движения).

• **Сюжетное занятие** проводится по заданному сценарию сказки, или произведения *подготовительная часть* – разминка, «сказочная зарядка», *основная часть* – музыкально-ритмическая композиция, соответствующая сценарию, *заключительная часть* – развязка на достижении цели, которые были поставлены в начале урока.

• **Игровые занятия** – по структуре напоминают сюжетное занятие. Подготовительная часть – разминка, общеукрепляющие упражнения, основная часть – подвижные игры, отражающие тему урока, в заключительной части музыкально- ритмических композиции, соответствующие теме.

• **Урок - импровизация**, как правило проходит в конце учебного года. Это конкурс - соревнование –итог года, выбираем лучших танцоров, кто лучше повторит за педагогом, конкурс на лучшее исполнение танца «Кузнечик», Два весёлых гуся»

-музыкально- дидактические игры имеют коррекционную направленность, упражнения носят игровую форму.

- вокальная деятельность, представленная детским фольклором, ролевыми песнями, играми, вокально-артикуляционной гимнастикой, вокальными играми, упражнениями.

С целью укрепления психического здоровья детей, развития их эмоционально-волевой сферы на занятиях используются элементы психогимнастики, музыкальные игры на внимание, память, и другие виды ВПФ. Самое главное, чтобы ребята не теряли интерес к музыке. Все упражнения должны носить образный характер, материал - увлекательный и конечно эмоциональный настрой, эрудированны, чуткий, добрый талантливый музыкальный руководитель играет большую роль в успешности музыкального занятия.

Ритмика I ЧЕТВЕРТЬ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1.	Чередование ходьбы с приседанием.	1	
2.	Ходьба на носках.	1	
3.	Ходьба широким и мелким шагом.	1	
4.	Общеразвивающие упражнения.	1	
5.	Упражнения с султанчиками.	1	
6.	Плясовые движения.	1	
7.	Игра на металлофоне.	1	
8.	Обобщающий урок.	1	

Ритмика II ЧЕТВЕРТЬ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1.	Построение в колонны по три.	1	
2.	Перестроение из большого круга в маленькие.	1	
3.	Танец в парах.	1	
4.	Танцевальные движения по кругу с предметами.	1	
5.	Исполнение различных ритмов на барабане.	1	
6.	Отхлопывание различных ритмов.	1	
7.	Отхлопывание различных ритмов.	1	
8.	Обобщающий урок.	1	

Ритмика III ЧЕТВЕРТЬ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1.	Построение в колонны и шеренги.	1	
2.	Шаг на носках.	1	
3.	Широкий и высокий бег.	1	
4.	Боковой галоп.	1	
5.	Боковой галоп.	1	
6.	Приставные шаги с приседанием.	1	
7.	Присядка и полуприсядка на месте.	1	
8.	Поскоки парами.	1	
9.	Танцевальные движения.	1	
10.	Танцевальные движения.	1	
11.	Обобщающий урок.	1	

Ритмика IV ЧЕТВЕРТЬ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1.	Подвижные игры с пением.	1	
2.	Движение парами по кругу.	1	
3.	Шаг польки парами.	1	
4.	Игра на металлофоне.	1	
5.	Игра на ложках	1	
6.	Танец с игрой на ложках.	1	
7.	Обобщающий урок.	1	

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Планируемые личностные результаты

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Планируемые предметные результаты

Достаточный уровень:

- развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;
- замечать изменения в звучании (тихо-громко, быстро-медленно);
- выполнять легко и выразительно танцевальные движения, ориентироваться в пространстве, кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (платочками, листьями, флажками и т.д.);
- двигаться в соответствии двухчастной форме музыки и силе её звучания, реагировать на начало и окончание музыки;
- выразительно и эмоционально передавать игровые и сказочные образы героев (медведя, кошки, мышки, зайца и т.д.);
- выполнять несложный ритмический рисунок на детских музыкальных инструментах.

Минимальный уровень:

- узнавать знакомые мелодии и эмоционально реагировать на них;
- двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;
- выполнять с помощью взрослого несложные движения под музыку: шагать, бегать, прыгать, притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук, выполнять движения с предметами (платком, погремушкой, флажком, мячиком и т.д.).

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Методический комплект для учителя

1. С.И Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина «Музыка и движение» (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет) Москва. Просвещение 1984 г.
2. М.Ю. Гоголева «Логоритмика в детском саду» Ярославль . Академия развития 2006год.
3. Н.В. Полевая, Л.В. Перминова – «Комплекс коррекционно-музыкальных занятий «Дружная семейка» Санкт-Петербург. Детство-пресс. 2010год.
4. Л.Буцкиев «Подвижные игры под музыку». 1987год.
5. М.Ю. Картушина «Логоритмика для малышей» Творческий центр «Сфера» Москва 2005год.7.М.А. Касицина, И.Г, Бородина «Коррекционная ритмика» Москва 2005 год.
6. М.И. Чистякова. Психогимнастика Москва 1995 год.
7. Е.А. Медведевой (под редакцией) «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва 2002 год.
8. Е.А. Пожиленко «Артикуляционная гимнастика» Санкт-Петербург 2006 год.

Информационно-коммуникативные средства

1. Е.Д. Критская. Музыка 1-4 класс. Электронный ресурс.
2. Видеокурс "Гимнастика для детей".
3. Музыкальные записи произведений композиторов, звучание оркестра.

Интернет-ресурсы

1. Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР) по предмету «Музыка». – Режим доступа: <http://www.school-collection.edu.ru/>
2. Началка Инфо (www.nachalka.info)
3. Учитель.ru (<http://teacher.fio.ru>)

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ОБЖ
I ЧЕТВЕРТЬ

№ п/п	Кол-во часов	Тема урока	Содержание	Дата
1.	1	Что такое безопасность?	Познакомить с понятиями «опасность», «безопасность». Учить предвидеть опасность, находить опасные предметы. Учить правила безопасного поведения.	
2.	1	Город, где мы живём.	Обобщить знания о населённых пунктах. Ввести термин «улица». Учить предвидеть опасные ситуации на дороге.	
3.	1	Безопасный путь в школу и домой.	Обобщить изученные знания. Определить безопасный путь в школу. Ознакомить с правилами безопасности на улице. Развивать умение предвидеть опасную ситуацию.	
4.	1	Правила перехода дорог. Движение пешеходов.	Закрепить знания о дорожных знаках. Дорожные знаки: «Пешеходный переход», «Пешеходная дорожка», «Движение пешеходов запрещено», «Дети», «Подземный переход». Научить практически использовать полученные знания. Ознакомить с элементами улицы и правилами перехода дороги.	
5.	1	Сигналы регулирования дорожного движения.	Сигналы светофора и регулировщика. Обобщить знания о светофорах и их сигналах.	
6.	1	Беседа: «Опасно играть на проезжей части дороги».	Беседа: «Чем опасны игры на проезжей части дороги». Закреплять навыки правильного поведения на улице. Расширять представления детей о правилах поведения на проезжей части улицы. Воспитывать стереотипы правильного поведения на улице, дороге. Загадки на развитие умения оценивать ситуацию правильного поведения на улице.	
7.	1	Особенностями движения по мокрой и скользкой дороге.	Изучить особенности движения автомобилей по мокрой и скользкой дороге.	

8.	1	Обобщающий урок по теме «Улица полна неожиданностей».	Обобщить знания по правилам дорожного движения.	
----	---	---	---	--

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ОБЖ
II ЧЕТВЕРТЬ

№ п/п	Кол-во часов	Тема урока	Содержание	Дата
1.	1	От чего зависит наше здоровье?	Продолжать учить осознанно подходить к своему здоровью. Соблюдать режим дня, правила поведения, употребление витаминов, гигиену питания. Классифицировать продукты по их пользе в питании.	
2.	1	Личная гигиена. Уход за кожей и ногтями.	Продолжать учить осознанно подходить к своему здоровью, уточнить значимость соблюдения правил личной гигиены для ценности здоровья. Закрепить правила ухода за кожей и ногтями. Выработать привычку соблюдать правила личной гигиены.	
3.	1	Личная гигиена. Берегите зубы.	Продолжать учить осознанно подходить к своему здоровью, уточнить значимость соблюдения правил личной гигиены для ценности здоровья. Прививать детям основные гигиенические правила в отношении зубов и полости рта. Выбор зубной щетки, зубной пасты. Игра-практикум: «Правильно чищу зубы».	
4.	1	Личная гигиена. Гигиена зрения.	Продолжать учить осознанно подходить к своему здоровью, уточнить значимость соблюдения правил личной гигиены для ценности здоровья. Закрепить правила ухода за глазами. Выработать привычку соблюдать правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.	
5.	1	Гигиена питания. Правильное питание - залог здоровья.	Показать значимость правильного режима и рационального питания в жизни человека. Закрепить знания о полноценном питании как факторе роста и развития школьника, его здоровья. Игра: «Полезно - вредно». Моделировать меню. Воспитывать у культуру еды, чувство меры.	

6.	1	Беседа: «Витамины укрепляют организм».	Познакомить детей с понятием «витамины». Обогащение знаний детей о пользе витаминов. Чтение стихов о пользе витаминов и полезных продуктов. Игра: «Чудесный мешочек». Закрепить знания об овощах и фруктах, об их значении в питании.	
7.	1	Гигиена одежды и обуви.	Рассказать о влиянии температуры окружающего воздуха на здоровье человека. Беседа: «Значение одежды и обуви для сохранения здоровья человека». Составление рассказа с выполнением действий «Я собираюсь на прогулку». Гигиена одежды и обуви. Правила и примы повседневного ухода за одеждой и обувью; предупреждение загрязнения, сушка, чистка.	
8.	1	Обобщающее занятие по теме: «Правила личной гигиены».	Систематизировать знания детей о личной гигиене человека.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ОБЖ
III ЧЕТВЕРТЬ

Кол-во часов	Тема урока	Содержание	Дата
1	Меры предосторожности при движении по льду водоемов.	Моделировать ситуацию, поиск правильного выхода из опасной ситуации.	
1	Что такое чрезвычайная ситуация.	Применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях. Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	
1	Огонь в доме. Как говорить по телефону.	Овладеть навыками осторожного обращения с огнём; научиться разговаривать по телефону 01. Изучить правила действия при пожаре.	
1	Пожарная безопасность и поведение на пожаре.	Познакомить с правилами поведения при возникновении пожара дома. В школе, в транспорте. Соблюдать правила личной безопасности. Изучить правила действия при пожаре.	
1	Детские шалости с огнём.	Разобрать ситуации, в которых пожар произошёл по вине детей. Повторить правила пожарной безопасности. Изучить правила действия при пожаре.	
1	Опасная высота.	Познакомить с правилами поведения в экстремальных ситуациях.	
1	Профилактика возможных опасных ситуаций в быту.	Классифицировать виды бытовых травм. Рассмотреть способы предохранения от бытовых травм.	
1	Основные виды травм. Ушибы. Первая медицинская помощь.	Закрепить понятия «травма». Познакомить с видами травм. Усвоить практические правила оказания первой помощи при ушибах. Знать правила оказания первой помощи при ушибах.	
1	Основные виды травм. Порезы. Первая медицинская помощь.	Закрепить понятия «травма». Познакомить с видами травм. Выработать правила оказания первой помощи при порезах. Знать правила оказания первой помощи при порезах.	

1	Основные виды травм. Попадание инородных тел в глаз, ухо, нос. Первая медицинская помощь.	Закрепить понятия «травма». Познакомиться с видами травм. Усвоить практические правила оказания первой помощи при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.	
1	Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек.	Усвоить практические правила оказания первой помощи при укусах насекомых. Знать правила оказания первой помощи при укусах животных. Усвоить правила безопасности при обращении с животными.	

КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ОБЖ
IV ЧЕТВЕРТЬ

№ п/п	Кол-во часов	Тема урока	Содержание	Дата
1.	1	Ядовитые растения и ягоды в природе.	Дать представление о съедобных и ядовитых растениях и ягодах. Научить различать растения и ягоды по картинкам и тем признакам, которые приводятся в загадках. Рассматривание предметных картинок «Полезные и ядовитые растения и ягоды». «Можно - нельзя».	
2.	1	Съедобные и несъедобные грибы.	Дать представление о съедобных и несъедобных грибах. Научить различать грибы по картинкам и тем признакам, которые приводятся в загадках. Рассматривание предметных картинок «Съедобные и несъедобные грибы».	
3.	1	Костёр. Меры пожарной безопасности при разведении костра.	Познакомить детей с правилами пожарной безопасности при разведении костра. Закрепить навыки поведения при обращении с огнём. Научить детей быстро оценивать опасную ситуацию. Принимать оптимальное решение для её преодоления.	
4.	1	Беседа: «Чем опасно солнце».	Сформировать у детей представление о правильном поведении на солнце. Характеризовать опасные и безопасные ситуации. Составить правила поведения на солнце.	
5.	1	Беседа «Осторожно, гроза!»	Сформировать у детей представление о правильном поведении во время грозы. Характеризовать опасные и безопасные ситуации. Составить правила поведения во время грозы. Беседа: «Что надо знать, чтобы избежать опасности во время грозы».	
6.	1	Правила безопасного поведения на водоёмах в летний период.	Сформировать у детей представление о правильном поведении на воде. Познакомить детей с правилами купания в реке и мерами безопасности при купании. Ознакомить с основными спасательными средствами. Рассказать о подручных средствах спасения на воде. Характеризовать опасные и безопасные ситуации. Составить правила поведения у водоёма в летнее время.	
7.	1	Обобщающее занятие по теме: «Правила безопасного поведения в природе».	Систематизировать знания детей о правилах безопасного поведения в природе.	