ШАМИНА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА
Подписано цифровой подписью: ШАМИНА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА
Дата: 2026.10.13 16:33:01 +03'00'

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 607
Пушкинского района Санкт-Петербурга

Принята на заседании педагогического совета ГБОУ ООШ № 607
Протокол № 1 от 31.08.2026 г.

«Согласовано» _____ Заместитель директора по УВР ГБОУ школы № 607 Дворянкина Е.В.	«Утверждаю» _____ Директор ГБОУ школы № 607 Шамина Л. Н. Приказ № 64/3 от 31.08.2026 г.

Рабочая программа
по предмету «Быть здоровым я хочу»
для обучающихся 2 «В» класса «Особый ребенок»

Срок реализации 2026-2027
учебный год

Автор-разработчик: Петришена Светлана Николаевна
(Ф. И. О. педагога)

Учитель класса «Особый ребенок» высшей квалификационной категории.

Санкт-Петербург
2026 г.

Пояснительная записка

Статус.

Рабочая программа по предмету «Быть здоровым я хочу» 2 «В» класса «Особый ребенок» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Проекта примерной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Образовательной программы ГБОУ школы № 607 в соответствии с учебным планом на 2026-2027 уч. год.

Место предмета в учебном плане.

Рабочая программа рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю (исходя из 34 учебных недель в году). В зависимости от выпадения уроков на праздничные дни, возможно уменьшение количество часов за счёт резервных уроков или уроков повторения.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с тяжелыми множественными нарушениями развития имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью коррекционного курса занятий. Данные уроки способствуют развитию музыкального слуха, памяти, чувства ритма. Педагогическая работа с ребенком с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и с ТМНР направлена на его социализацию и интеграцию в общество. Одним из важнейших средств в этом процессе является музыка. Музыка является одним из наиболее привлекательных видов деятельности для детей, имеющих сложный дефект развития. Физические недостатки могут ограничивать желание и умение танцевать, но музыка побуждает ребенка двигаться иными способами. У человека может отсутствовать речь, но он, возможно, будет стремиться к подражанию и «пропеванию» мелодии доступными ему средствами. Задача педагога состоит в том, чтобы музыкальными средствами помочь ребенку научиться воспринимать звуки окружающего мира, развить эмоциональную отзывчивость на музыкальный ритм, мелодику звучания разных жанровых произведений.

Участие ребенка в музыкальных выступлениях способствует его самореализации, формированию чувства собственного достоинства. Таким образом, музыка рассматривается как средство развития эмоциональной и личностной сферы, как средство социализации и самореализации ребенка. На музыкальных занятиях развивается не только способность эмоционально воспринимать и воспроизводить музыку, но и музыкальный слух, чувство ритма, музыкальная память, индивидуальные способности к пению, танцу, ритмике.

Музыкальное развитие учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью осуществляется в таких формах работы, которые стимулируют их к определённой самостоятельности, проявлению минимальной творческой индивидуальности. В ходе уроков знания и исполнительские умения и навыки, не являются самоцелью. Они способствуют формированию предпочтений, интересов, вкусов учащихся.

Ведущим видом музыкальной деятельности учащихся являются музыкально - ритмические движения, которые сопровождаются подпеванием, «звучащими» жестами и действиями с использованием простейших ударных и шумовых инструментов, (погремушек, колокольчиков, трещоток и т. п.).

Выполнение упражнений с простейшими «звучащими» жестами подготавливает учащихся к музицированию и выполнению более сложных ритмических заданий. С помощью картинок, игрушек, и др. визуальных интерактивных средств дети знакомятся с попевками или песенками.

Для того чтобы избежать повторности и разнообразить кинестетический, слуховой и

познавательный опыт учащихся, предлагается активно использовать самодельные музыкальные инструменты: трещотки, баночки с сыпучим материалом и т. п.

На музыкальных уроках дети обучаются разнообразным ритмичным движениям, соответствующим характеру звучания музыки.

Большое значение в ходе уроков придается коррекции эмоционально - волевой сферы и познавательной деятельности учащихся.

Репертуар песен подбирается в соответствии с возрастом и особенностями речевого развития учащихся. Программой предусмотрено пение под сопровождение музыкального произведения и без него.

В содержание каждого урока входит слушание музыки, которое способствует расширению представлений детей о музыкальных произведениях. Они слушают и эмоционально реагируют на музыку разного характера, с помощью учителя используя вербальные и невербальные средства общения, объясняют услышанное.

Уроки ритмики направлены на выработку динамической координации движений, их точности и четкости, способности удерживать двигательную программу при последовательном выполнении движений. Особое значение здесь приобретают упражнения, направленные на развитие тонкой моторики: сжимание и разжимание кистей, встряхивание и помахивание ими с постепенным увеличением амплитуды движений в суставах и совершенствованием взаимодействия анализаторов. Эти упражнения проводятся под музыку. Уроки ритмики в данном контексте являются катализатором, стимулирующим эмоциональное развитие учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Целью обучения является эмоциональное развитие учащихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития.

Задачи:

образовательные:

- обучение умению слушать музыку;
-развивать музыкальное восприятие;
-учить ориентироваться в пространстве зала: идти к взрослому на встречу по команде;
-учить ходить по залу, не задевая друг друга, собираться вместе по музыкальному сигналу;
-учить самостоятельно действовать колокольчиком, погремушкой или другими звучащими игрушками;
-формировать первоначальные музыкальные представления, учить узнавать знакомые мелодии;
-учить различать колыбельную и энергичную плясовую музыку, передавать характер музыки в движении;
- обучение выполнению под музыку разнообразных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением или пением

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
	Движения под музыку		
1	Вводное занятие	1	07.09
2	Хлопать в ладоши под музыку	1	14.09
3	Хлопать в ладоши под музыку	1	21.09
4	Топать под музыку	1	28.09
5	Топать под музыку	1	05.10
	Слушание музыки		
6	Слушание тихого звучания музыки	1	12.10
7	Слушание громкого звучания музыки	1	19.10
8	Повторение	1	09.11
	Пение		
9	Подпевание отдельных или повторяющихся звуков.	1	16.11
	Движение под музыку		
10	Покачиваться одной ноги на другую	1	23.11
11	Начинать движение под музыку вместе с началом ее звучания	1	30.11
12	Начинать движение под музыку вместе с началом ее звучания	1	07.12
13	Начинать движение под музыку вместе с началом ее звучания	1	14.12
14	Выполнять под музыку действия с предметами (наклонять)	1	21.12
15	Выполнять под музыку действия с предметами	1	28.12
16	Выполнять под музыку действия с предметами (подбрасывать/ловить)	1	11.01
17	Выполнять под музыку действия с предметами (махать)	1	18.01
	Слушание музыки		
18	Слушание быстрой, умеренной, медленной музыки	1	25.01
19	Слушание веселой и грустной музыки	1	01.02
20	Узнавание знакомой песни	1	08.02
	Пение		
21	Пение слов песни (отдельных фраз)	1	15.02
	Игра на музыкальных инструментах		
22	Слушание музыкальных инструментов	1	20.02

23-24	Взаимодействие с музыкальным инструментом	2	01.03; 15.03
25-26	Взаимодействие с музыкальным инструментом	2	22.03; 05.04
27	Сопровождение мелодии игрой на музыкальном инструменте	1	12.04
	Движение под музыку		
28	Выполнять движения разными частями тела под музыку	1	19.04
29	Двигаться в хороводе	1	26.04
30	Повторение	1	17.05
31	Повторение изученных песен	1	24.05
32	Взаимодействия с музыкальным инструментом	1	
33-34	Повторение	2	