

Министерство образования  
и науки Удмуртской Республики  
Государственное казенное  
общеобразовательное учреждение  
Удмуртской Республики  
«Школа № 47 для детей с  
ограниченными возможностями  
здоровья»



Удмурт Элькуньсь  
дышетонъя но тодосъя министерство  
«Тазалыксаяичилуонлыкёсын  
нылпиослы 47-тй номеро школа»  
Удмурт Элькуньсь  
огъядышетонъя кун казна ужъярт  
«47-тй номеро школа» УЭ ОККУ

ГКОУ УР «Школа № 47»

---

426027, г. Ижевск, ул. Володарского, 52, 63-64-09, 63-55-09, 66-58-50  
e-mail: [school47@podved-mo.udmr.ru](mailto:school47@podved-mo.udmr.ru)

Рассмотрено на заседании  
методического объединения  
Протокол № 1  
от «24» августа 2023 г.

Принято на заседании  
Педагогического совета  
Педагогический совет № 1  
«25» августа 2023 г.

Утверждаю  
Директор ГКОУ УР  
"Школа № 47"  
\_\_\_\_\_/Л.М. Агафонова/  
Приказ № 32 О-д  
от «01» сентября 2023 г.

**Рабочая программа по курсу «Ритмика»  
для детей с ОВЗ (РАС, вариант 8.2)  
1-4 классы**

Составитель:

г. Ижевск, 2023 г.

### Пояснительная записка

Рабочая программа по ритмике на уровне начального общего образования составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ (ред. от 13.07.2015) "Об образовании в Российской Федерации", Федеральным Законом от 04.08.2023 г. № 479-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (ФГОС НОО ОВЗ ЗПР), утверждённого Приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 N1598 , Приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»; СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2; основной образовательной программой начального общего образования ГКОУ УР "Школа № 47".

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена для обучающихся 1-4 классов РАС, вариант 8.2., Данный вариант развития детей с ОВЗ, обусловлен необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально- ритмической деятельности.

Программа включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы учебного предмета, тематическое планирование. Пояснительная записка отражает общие цели и задачи изучения учебного предмета, характеристику психологических предпосылок к его изучению обучающимися с РАС; место в структуре учебного плана, а также подходы к отбору содержания, планируемым результатам и тематическому планированию.

Программа разработана с учётом актуальных целей и задач обучения и воспитания, развития обучающихся с РАС и условий, необходимых для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов при освоении курса «Ритмика».

Планируемые результаты включают личностные, метапредметные результаты за период обучения, а также предметные достижения обучающегося с РАС в начальной школе.

В тематическом планировании описывается программное содержание по всем разделам (темам) содержания обучения каждого класса, а также раскрываются методы и формы организации обучения и характеристика деятельности, которые целесообразно использовать при изучении той или иной темы, с учетом особых образовательных потребностей, обучающихся с РАС.

Изучение курса «Ритмика» представляет значительные трудности для обучающихся с РАС в силу их психофизических особенностей:

- незрелость эмоционально-волевой сферы приводит к сложностям инициации волевых усилий при начале работы над изделием;
- отставание в сформированности регуляции и саморегуляции поведения затрудняет процесс длительного сосредоточения на каком-либо одном действии;
- недостаточное развитие восприятия является основой возникновения трудностей при выделении существенных (главных) признаках объектов, построении целостного образа, сложностям узнавания известных предметов в незнакомом ракурсе;
- импульсивность действий, недостаточная выраженность ориентировочного этапа, целенаправленности, низкая продуктивность деятельности приводят к низкому качеству получаемого изделия, недовольству полученным результатом;
- нарушение внимания: его неустойчивость, сниженная концентрация, повышенная отвлекаемость, нередко сопровождающееся повышенной двигательной и речевой активностью, влечет за собой сложности понимания технологии работы с тем или иным материалом;
- медленное формирование новых навыков требует многократных указаний и упражнений для их закрепления.

Адаптация программы происходит за счет сокращения сложных понятий и терминов; основные сведения в программе даются дифференцированно. Одни факты изучаются таким образом, чтобы обучающиеся с РАС смогли опознать их, опираясь на существенные признаки, по другим вопросам

обучающиеся получают только общие представления. Ряд сведений познается обучающимися с РАС в результате практической деятельности. Психокоррекционная направленность заключается также в расширении и уточнении представлений об окружающей предметной и социальной действительности, что реализуется за счет разнообразных заданий, стимулирующих интерес младшего школьника с ОВЗ к себе и к миру.

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального компонента государственного образовательного стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Музыкально-ритмические танцевальные упражнения под музыку учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело обучающихся с ЗПР младшего школьного возраста. Они способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Стандарт направлен на решение следующих целей и задач образования, обучающихся с ОВЗ.

**Цель предмета:**

- развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки;
- 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.

**Основные задачи реализации АООП НОО обучающихся с РАС, запланированные в рабочей программе:**

- коррекция всех компонентов психофизического, интеллектуального, личностного развития обучающихся с РАС с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей;
- развитие активности, самостоятельности и независимости в повседневной жизни;
- развитие возможных избирательных способностей и интересов обучающегося в разных видах деятельности;
- формирование основ нравственного самосознания личности, умения правильно оценивать окружающее и самих себя, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремленности и настойчивости в достижении результата;
- расширение представлений обучающегося о мире и о себе, его социального опыта;
- формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;
- формирование умений, навыков социального общения людей; расширение круга общения, выход обучающегося за пределы семьи и образовательной организации;
- развитие навыков осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими детьми в решении общих проблем;
- укрепление доверия к другим людям;
- развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания других людей и сопереживания им;
- эстетическое воспитание, развитие эмоционально-волевой и познавательной сферы, творческих возможностей обучающихся, обогащение общего и речевого развития, расширение кругозора;
- развитие восприятия музыки;
- формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку (основных, элементарных гимнастических и танцевальных), правильной осанки, умений выполнять построения и перестроения, исполнять под музыку несложные композиции народных, бальных и современных танцев, импровизировать движения под музыку;
- формирование умений эмоционально, выразительно и ритмично исполнять музыкальные пьесы на элементарных музыкальных инструментах в ансамбле под аккомпанемент учителя;
- развитие у обучающихся стремления и умений применять приобретенный опыт в музыкально-ритмической деятельности во внеурочное время, в том числе при реализации совместных

проектов со сверстниками.

### **Общая характеристика коррекционного курса**

Специфические средства воздействия, свойственные ритмике, способствуют общему развитию обучающихся с РАС, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т.д. – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у обучающихся подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у обучающихся с ОВЗ часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у обучающихся, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, обучающиеся приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо общаться друг с другом.

#### **Рабочая программа по ритмике состоит из следующих направлений:**

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Игры под музыку
4. Танцевальные упражнения
5. Упражнения с детскими музыкальными инструментами

В каждом разделе изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть обучающиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

#### **Описание места коррекционного курса в учебном плане**

В соответствии с требованиями учебного плана Адаптированной основной общеобразовательной программы начального образования для детей с РАС (вариант 8.2) на коррекционный курс «Ритмика» отведен 1 час в неделю, общее количество часов в год: 1 класс – 33 часа, 1 дополнительный класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа.

## **Описание ценностных ориентиров содержания коррекционного курса**

На уроках коррекционного курса «Ритмика» постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно, также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении праздников.

Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

Личностные результаты включают:

- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию, форсированность эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к познанию, ценностно-смысловые установки, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества;
- сформированность целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; владение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие компенсаторных умений и навыков;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**Метапредметные результаты освоения обучающимися программы  
внеурочной деятельности предполагают:**

- владение способностью принимать и сохранять цели и задачи любого вида деятельности, поиск средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни класса.
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение работать в материальной и информационной среде НОО (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; сформированность компенсаторных способов деятельности.
- 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, регионально-самобытности музыкального и танцевального искусства разных народов.

**Предметные результаты включают в себя:**

- ритмико-гимнастические, общеразвивающие упражнения;
- тренировка суставно-мышечного аппарата;
- исполнение танцевальных композиций.

**Коммуникативные результаты освоения включают:**

- использование принятых ритуалов социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- слушание и понимание инструкции к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничество с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

**Личностные результаты:**

- наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;
- приобретение начальных навыков социокультурной адаптации в современном мире и позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей;
- развитие мотивов музыкально-учебной деятельности.

**Корректировка выделенного количества учебных часов на изучение разделов.**

| Раздел программы | Рекомендованное кол-во часов | Запланированное кол-во часов | Обоснование изменения кол-ва часов |
|------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------------|
|                  |                              |                              |                                    |

| 1 и 1 доп. классы   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| Ритмико-гимнастические упражнения                               | 9 | 9 |  |
| Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч) | 7 | 7 |  |
| Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку      | 9 | 9 |  |
| Народные пляски и современные танцевальные движения             | 8 | 8 |  |
| 2-4 классы  |   |   |  |
| Ритмико-гимнастические упражнения                               | 9 | 9 |  |
| Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами       | 8 | 8 |  |
| Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку      | 9 | 9 |  |
| Народные пляски и современные танцевальные движения             | 8 | 8 |  |

**Поурочное тематическое планирование  
1 класс и 1 доп. класс.**

| № п/п | Тема раздела, курса                        | № урока в разделе | Тема урока   | Программное содержание   | Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся  |
|-------|--|-------------------|--|--|---|
| 1     | Упражнения на ориентировку в пространстве. | 1                 | Вводное занятие. Понятие ритмики. Значение и особенности     | Содержание этого раздела составляют упражнения, помогающие обучающимся ориентироваться в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка. Построение 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. | Личностные учебные действия включают следующие умения: осознавать себя как ученика, заинтересованного обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга; положительно относиться к окружающей действительности, быть готовым к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию; самостоятельно выполнять учебные задания, поручения, договоренности. |
|       |  | 2                 | Правильное исходное положение. Ходьба на носках, на пятках.  |  |   |
|       |  | 3                 | Ходьба с высоким подниманием колен.                          |  |   |
|       |  | 4                 | Легкий бег на носках. Прямой галоп.                          |  |   |
|       |  | 5                 | Бег на носках, с высоким подниманием колен.                  |  |   |
|       |  | 6                 | Бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. |  |   |
|       |  | 7                 | Упражнение с препятствиями и на координацию движений         |  |   |
|       |  | 8                 | Строевые упражнения. Перестроения.                           |  |   |

|   |   |   |  |   |  |
|---|---|---|--|---|--|
|   |   | 9 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой   |   |  |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения                 | 1 | Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами                                | Основное содержание этого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. Также в раздел входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений – научить обучающихся согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.           | Коммуникативные учебные действия включают следующие умения: вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель – класс); использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; обращаться за помощью и принимать помощь; слушать и понимать инструкцию к учебному заданию; договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.  |
|   |   | 2 | Упражнение на расслабление мышц  |   |  |
|   |   | 3 | Упражнение на координацию движений   |   |  |
|   |   | 4 | Перестроение в круг из шеренги   |   |  |
|   |   | 5 | Перестроение в круг из цепочки   |   |  |
|   |   | 6 | Изменение направления и формы ходьбы в соответствии с изменениями музыки.                        |   |  |
|   |   | 7 | Подбрасывание, перекатывание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.                    |   |  |
| 3 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | 1 | Движения кистей рук в разных направлениях.   | Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. Движение кистей рук в разных направлениях. Поочередное 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. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками | К познавательным учебным действиям относятся следующие умения: выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов; делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале; наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности, работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных носителях). |
|   |   | 2 | Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. |   |  |
|   |   | 3 | Маховые движения рук.  |   |  |
|   |   | 4 | Упражнения, развивающие темп и ритм  |   |  |
|   |   | 5 | Упражнения в передаче игровых образов под музыку   |   |  |
|   |   | 6 | Движения парами: ходьба, кружение на месте. Хоровод.   |   |  |
|   |   | 7 | Упражнения на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание                         |   |  |
|   |   | 8 | Индивидуальное творчество  |   |  |

|   |                          |   |  |   |  |
|---|--------------------------|---|--|---|--|
|   |                          | 9 | Упражнения для локтевого сустава, запястья и кисти рук. Упражнения на расслабления мышц. | одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них   |  |
| 4 | Танцевальные упражнения. | 1 | Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг.                  | Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев. 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. |  |
|   |                          | 2 | 2. Соединение движения с музыкой   |   |  |
|   |                          | 3 | Танцевальные упражнения и движения с предметами.   |   |  |
|   |                          | 4 | Прохлопывание, притопывание простых ритмических рисунков                                 |   |  |
|   |                          | 5 | Упражнения на координацию: движения руками, ногами.                                      |   |  |
|   |                          | 6 | Танцевальные упражнения и движения   |   |  |
|   |                          | 7 | Упражнения на развитие танцевального творчества  |   |  |
|   |                          | 8 | Закрепление изученного материала   |   |  |

**Поурочное тематическое планирование  
2 класс**

| № п/п | Тема раздела, курса                      | № урока в разделе | Тема урока   | Программное содержание   | Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся                                     |
|-------|--|-------------------|--|--|--|
| 1     | Упражнения на ориентировку в пространств | 1                 | Вводное занятие. Понятие ритмики. Значение и особенности | Содержание этого раздела составляют упражнения, помогающие обучающимся ориентироваться в | Личностные учебные действия включают следующие умения: осознавать себя как ученика, заинтересованного обучением, |
|       |  | 2                 | Правильное   |  |  |

|    |                                   |   |   |  |  |
|----|-----------------------------------|---|---|--|--|
| е. |                                   |   | исходное положение. Ходьба на носках, на пятках.                      | пространстве.<br>Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка.<br>Построение в круг из шеренги, цепочки.<br>Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.<br>Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.  | занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга; положительно относиться к окружающей действительности быть готовым к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию; самостоятельно выполнять учебные задания, поручения, договоренности.<br>Коммуникативные учебные действия включают следующие умения: вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель – класс); использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; обращаться за помощью и принимать помощь; слушать и понимать инструкцию к учебному заданию; договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения |
|    | 3                                 | Ходьба с высоким подниманием колен.   |   |  |  |
|    | 4                                 | Легкий бег на носках. Прямой галоп.   |   |  |  |
|    | 5                                 | Бег на носках, с высоким подниманием колен.   |   |  |  |
|    | 6                                 | Бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.                            |   |  |  |
|    | 7                                 | Упражнение с препятствиями и на координацию движений                                    |   |  |  |
|    | 8                                 | Строевые упражнения. Перестроения.  |   |  |  |
|    | 9                                 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой                                  |   |  |  |
| 2  | Ритмико-гимнастические упражнения | 1   | Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения | Основное содержание этого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.<br>Также в раздел входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений – научить обучающихся согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.<br>Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать | Регулятивные учебные действия включают следующие умения: адекватно использовать ритуалы школьного поведения; принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников; корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов. К познавательным учебным действиям относятся следующие умения: выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов; делать простейшие обобщения, сравнивать,  |
| 2  |                                   | Повороты туловища с передачей предмета  |   |  |  |
| 3  |                                   | Упражнение на расслабление мышц   |   |  |  |
| 4  |                                   | Упражнение на координацию движений  |   |  |  |
| 5  |                                   | Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы                              |   |  |  |
| 6  |                                   | Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности |   |  |  |

|   |   |   |  |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
|   |   | 7 | Упражнение на внимание   | возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.   | классифицировать на наглядном материале; наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных носителях). |
|   |   | 8 | Отстукивание, прохлопывание простых ритмических рисунков   |  |  |
| 3 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | 1 | Круговые движения кистью (напряженное и свободное)   | Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. Движение кистей рук в разных направлениях. Поочередное 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. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них. |  |
|   |   | 2 | Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. |  |  |
|   |   | 3 | Маховые движения рук.  |  |  |
|   |   | 4 | Упражнения, развивающие темп и ритм  |  |  |
|   |   | 5 | Упражнения в передаче игровых образов под музыку   |  |  |
|   |   | 6 | Движения парами: ходьба, кружение на месте. Хоровод.   |  |  |
|   |   | 7 | Упражнения на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание                         |  |  |
|   |   | 8 | Индивидуальное творчество  |  |  |
|   |   | 9 | Упражнения для локтевого сустава, запястья и кисти рук. Упражнения на расслабления мышц.         |  |  |

|   |                          |   |  |  |  |
|---|--------------------------|---|--|--|--|
| 4 | Танцевальные упражнения. | 1 | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг | Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев. Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерные 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. |  |
|   |                          | 2 | Соединение движения с музыкой                                    |  |  |
|   |                          | 3 | Танцевальные упражнения и движения с предметами.                 |  |  |
|   |                          | 4 | Прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков         |  |  |
|   |                          | 5 | Упражнения на координацию: движения руками, ногами.              |  |  |
|   |                          | 6 | Танцевальные упражнения и движения                               |  |  |
|   |                          | 7 | Упражнения на развитие танцевального творчества                  |  |  |
|   |                          | 8 | Закрепление изученного материала                                 |  |  |

**Поурочное тематическое планирование  
3 класс**

| № п/п | Тема раздела, курса                      | № урока в разделе | Тема урока   | Программное содержание   | Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся                          |
|-------|--|-------------------|--|--|---|
| 1     | Упражнения на ориентировку в пространств | 1                 | Вводное занятие. Понятие ритмики. Значение и особенности | Содержание этого раздела составляют упражнения, помогающие обучающимся | Личностные учебные действия включают следующие умения: осознавать себя как ученика, заинтересованного |
|       |  | 2                 | Правильное   |  |   |

|    |   |  |  |  |   |
|----|---|--|--|--|---|
| е. |   |  | исходное положение. Ходьба на носках, на пятках. | ориентироваться в пространстве.<br>Правильное исходное положение.<br>Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка.<br>Построение в круг из шеренги, цепочки.<br>Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.<br>Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга; положительно относиться к окружающей действительности, быть готовым к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию; самостоятельно выполнять учебные задания, поручения, договоренности. Коммуникативные учебные действия включают следующие умения: вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель – класс); использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; обращаться за помощью и принимать помощь; слушать и понимать инструкцию к учебному заданию; договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации. |
|    | 3   | Ходьба с высоким подниманием колен.                          |  |  |   |
|    | 4   | Легкий бег на носках. Прямой галоп.                          |  |  |   |
|    | 5   | Бег на носках, с высоким подниманием колен.                  |  |  |   |
|    | 6   | Бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. |  |  |   |
|    | 7   | Упражнение с препятствиями и на координацию движений         |  |  |   |
|    | 8   | Строевые упражнения. Перестроения.                           |  |  |   |
|    | 9   | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой       |  |  |   |
|    | 2   | Ритмико-гимнастические упражнения                            | 1  |  |   |
| 2  | 2. Упражнения на внимание   |  |  |  |   |
| 3  | Упражнение на расслабление мышц   |  |  |  |   |
| 4  | Упражнение на координацию движений  |  |  |  |   |
| 5  | Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы                            |  |  |  |   |
| 6  | Упражнение на передачу движения характера музыки, на развитие двигательной активности |  |  |  |   |
| 7  | Протопывание того,  |  |  |  |   |

|   |   |   |  |  |                           |
|---|---|---|--|--|---------------------------|
|   |   |   | что учитель прохлопал, и наоборот  | выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.  | и электронных носителях). |
|   |   | 8 | Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону                                    |  |                           |
| 3 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | 1 | Упражнение для кистей рук с барабанными палочками  | Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. Движение кистей рук в разных направлениях. Поочередное 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. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них. |                           |
|   |   | 2 | Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. |  |                           |
|   |   | 3 | Разучивание несложных мелодий  |  |                           |
|   |   | 4 | Упражнения, развивающие темп и ритм  |  |                           |
|   |   | 5 | Упражнения в передаче игровых образов под музыку   |  |                           |
|   |   | 6 | Движения парами: ходьба, кружение на месте. Хоровод.   |  |                           |
|   |   | 7 | Упражнения на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание                         |  |                           |
|   |   | 8 | Индивидуальное творчество  |  |                           |
|   |   | 9 | Упражнения для локтевого сустава, запястья и кисти рук. Упражнения на расслабления мышц.         |  |                           |
| 4 | Танцевальные упражнения.                          | 1 | Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег  | Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями  |                           |
|   |   | 2 | Соединение движения с музыкой  |  |                           |
|   |   | 3 | Танцевальные упражнения и движения с   |  |                           |

|  |  |   |  |   |  |
|--|--|---|--|---|--|
|  |  |   | предметами.  | этих танцев.<br>Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерны особенности танцев разных национальностей  |  |
|  |  | 4 | Прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков | Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг.   |  |
|  |  | 5 | Упражнения на координацию: движения руками, ногами.      | Бег легкий, на полупальцах.   |  |
|  |  | 6 | Танцевальные упражнения и движения                       | Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп.  |  |
|  |  | 7 | Упражнения на развитие танцевального творчества          | Маховые движения рук.   |  |
|  |  | 8 | Закрепление изученного материала                         | 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. |  |

**Поурочное тематическое планирование  
4 класс**

| <b>№ п/п</b> | <b>Тема раздела, курса</b>                 | <b>№ урока в разделе</b> | <b>Тема урока</b>   | <b>Программное содержание</b>   | <b>Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся</b>  |
|--------------|--|--------------------------|---|---|--|
| 1            | Упражнения на ориентировку в пространстве. | 1                        | Вводное занятие. Понятие ритмики. Значение и особенности    | Содержание этого раздела составляют упражнения, помогающие обучающимся ориентироваться в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка. | Личностные учебные действия включают следующие умения: осознавать себя как ученика, заинтересованного обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга; положительно относиться к окружающей действительности быть готовым к организации взаимодействия с ней и |
|              |  | 2                        | Правильное исходное положение. Ходьба на носках, на пятках. |   |  |
|              |  | 3                        | Ходьба с высоким подниманием колен.                         |   |  |

|   |                                   |   |   |   |   |
|---|-----------------------------------|---|---|---|---|
|   |                                   | 4 | Легкий бег на носках. Прямой галоп.   | <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>   | <p>эстетическому ее восприятию; самостоятельно выполнять учебные задания, поручения, договоренности.</p> <p>Коммуникативные учебные действия включают следующие умения: вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель – класс); использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; обращаться за помощью и принимать помощь; слушать и понимать инструкцию к учебному заданию; договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения</p>   |
|   |                                   | 5 | Бег на носках, с высоким подниманием колен.   |   |   |
|   |                                   | 6 | Бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.                          |   |   |
|   |                                   | 7 | Упражнение с препятствиями и на координацию движений                                  |   |   |
|   |                                   | 8 | Строевые упражнения. Перестроения.  |   |   |
|   |                                   | 9 | Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой                                |   |   |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 | Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны                            | <p>Основное содержание этого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.</p> <p>Также в раздел входят задания на выработку координационных движений.</p> <p>Основная цель данных упражнений – научить обучающихся согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.</p> <p>Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.</p> | <p>К познавательным учебным действиям относятся следующие умения: выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов; делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале; наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности</p> <p>работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных носителях).</p> |
|   |                                   | 2 | Упражнения на внимание  |   |   |
|   |                                   | 3 | Упражнение на расслабление мышц   |   |   |
|   |                                   | 4 | Упражнение на координацию движений  |   |   |
|   |                                   | 5 | Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы                            |   |   |
|   |                                   | 6 | Упражнение на передачу движения характера музыки, на развитие двигательной активности |   |   |
|   |                                   | 7 | Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей             |   |   |
|   |                                   | 8 | Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с                          |   |   |

|   |   |   |  |   |  |
|---|---|---|--|---|--|
|   |   |   | резкой сменой темпа движений   |   |  |
| 3 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | 1 | Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак)  | Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. Движение кистей рук в разных направлениях. Поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. |  |
|   |   | 2 | Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. |   |  |
|   |   | 3 | Маховые движения рук.  |   |  |
|   |   | 4 | Упражнения, развивающие темп и ритм  |   |  |
|   |   | 5 | Упражнения в передаче игровых образов под музыку   |   |  |
|   |   | 6 | Движения парами: ходьба, кружение на месте. Хоровод.   |   |  |
|   |   | 7 | Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка                           |   |  |
|   |   | 8 | Индивидуальное творчество  |   |  |
|   |   | 9 | Упражнения для локтевого сустава, запястья и кисти рук. Упражнения на расслабления мышц.         |   |  |
| 4 | Танцевальные упражнения.                          | 1 | Повторение   | Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев. Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но  |  |
|   |   | 2 | Соединение движения с музыкой  |   |  |
|   |   | 3 | Танцевальные упражнения и движения с предметами.   |   |  |
|   |   | 4 | Прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков   |   |  |
|   |   | 5 | Упражнения на координацию: движения руками, ногами.  |   |  |

|  |  |   |   |   |  |
|--|--|---|---|---|--|
|  |  | 6 | Танцевальные упражнения и движения              | и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев.<br>Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев.<br>Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, |  |
|  |  | 7 | Упражнения на развитие танцевального творчества |   |  |
|  |  | 8 | Закрепление изученного материала                |   |  |

### **Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.**

1. «Коррекционная ритмика комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста с ЗПР».
2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией Воронковой В.В. 1-4 классы - М.:«Просвещение», 2010 год.
3. Детские электронные книги и презентации - <http://viki.rdf.ru/>
4. DVD «Школа танцев для детей»
5. Единая коллекция - <http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/f544b3b7-f1f45b76-f453-552f31d9b164>
6. Компьютер
7. Музыкальный центр
8. Мультимедийный проектор
9. Ленты, музыкальные инструменты и т.п.
10. Российский общеобразовательный портал - <http://music.edu.ru/>
11. Детские музыкальные инструменты: бубен, детское пианино.

### **Список литературы**

1. Бородина И.Г. Коррекционная ритмика. М., 1992.
2. Галанов А.С. Игры, которые лечат. М., 1998
3. Движения под музыку в детском саду / Под ред. Косицыной М.А.
4. Картушина М.Ю. Оздоровительные вечера досуга. М., 2005
5. Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1 – Музыка,2012
6. Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1 – Музыка,2012
7. Котышева Е.Н. «Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями» -Речь,2010
8. Марковская И.Ф. Задержка психического развития. М., 1993.
9. Музыка и движение в коррекционно-воспитательной работе в спец. детском саду для детей с нарушением интеллекта / Под. ред. Зарина А.П., Ложко Е.Л., СПб. 1994.
10. Программы для общеобразовательных учреждений: Коррекционно-развивающее обучение: Нач. классы / Сост. Л. А. Вохмянина. – М.: Дрофа, 2000.
11. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. -М., 1999.
12. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: основы диагностической и коррекционной работы психолога. М., 2001.