

Администрация Города Томска  
Департамент образования  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 32  
имени 19-й гвардейской стрелковой дивизии г. Томска

РАССМОТРЕНО

МО учителей начальных  
классов

МАОУ СОШ №32г.Томска

Протокол от 30.08.2021г.№1

Руководитель МО

\_\_\_\_\_ Лаптева Г.С.

УТВЕРЖДЕНО

Методическим советом МАОУ  
СОШ №32 г.Томска

Протокол от 30.08.2021г.№1

Председатель МС

\_\_\_\_\_ Тужикова Т.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ № 32  
г. Томска

\_\_\_\_\_ М.Н. Крюкова

Приказ от 31.08.2021 №453-о

**Коррекционно – развивающая программа**  
**«Ритмика – Играем, развиваемся, растём»**  
*для обучающихся с ОВЗ начального общего образования,*  
*вариант 7.2 (1-4 классы)*

Срок реализации программы: 4 года

Составитель:  
педагог-психолог Швадленко М.К.

Томск - 2021

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Ты не один – мы вместе» является частью адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с ЗПР (вариант 7.2.) и составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования для детей с ЗПР.

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных актов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (с изменениями от 26.11.2010 № 1241, 22.09.2011 № 2357, 18.12.2012 № 1060, 29.12.2014 № 1643, 31.12.2015 № 1576).

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования для детей с ОВЗ (приказ министерства образования и науки РФ №1598 от 19.12.2014г.)

2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573)

3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный N 62297)

4. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года Концепция программы поддержки детского и юношеского чтения в Российской Федерации.

5. Примерная адаптированная основная образовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, одобрена решением от 22.12.2015г., протокол 4/15.

**Цель:** развития двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

**Задачи курса:**

- способствовать развитию двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- способствовать развитию познавательных процессов (восприятие, внимание, память, ассоциативность и гибкость мышления, словарный запас речи, воображение) и творческие способности;
- способствовать развитию выразительности движений и самовыражения;
- скорректировать недостатки эмоционально-волевой сферы благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- раскрыть психологические и личностные особенности и возможности каждого, что позволит максимально развить личность в данном возрасте.

Направления коррекционной работы:

1. Диагностическая работа включает:
  - уточняющее диагностирование по выявленной проблеме.
2. Коррекционно-развивающая работа включает:
  - организацию и проведение психологом групповых коррекционно-развивающих занятий;
  - развитие навыков саморегуляции и самоконтроля у обучающихся;
  - развитие эмоционально-волевой и личностной сфер ребёнка и психокоррекцию его поведения.
3. Консультативная работа включает:
  - консультирование педагогом-психологом родителей детей, у которых имеются проблемы с социальной адаптацией, формированием коммуникативных навыков по оказанию помощи в освоении коррекционно-развивающей программы (не справились с коррекционно-развивающей программой по результатам вторичной диагностики);
  - выработка совместных, обоснованных рекомендаций по основным направлениям работы с обучающимся.

Курс «Ритмика – Играем, развиваемся, растём» составлен и модифицирован на основе методических рекомендаций «Система функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях». Разработан на основе коррекционно-развивающих психолого-педагогических программ С.В. Шумиловой, Е.В. Свистуновой «Играем и развиваемся», В.С. Посполита, А.М. Купцова «Студия арт-терапии «Цветной мир»», О.В. Оськина «Программа занятий по коррекции агрессии и развитию коммуникативных навыков младших школьников «Школа общения»», Т.А. Игонина «Раз – ступенька, два – ступенька или секреты хорошего поведения», И.В. Воробьева «Цветной луг», Демидова А.Л. «Удивительно знакомый мир».

В психологическом обследовании оцениваются: кинестетическая чувствительность рук и ног, состояние познавательных процессов, словарный запас, связное высказывание, а также представления об окружающей действительности, характеризующие готовность к продуктивным видам деятельности (конструирование, изобразительная деятельность, письмо). При этом учитывается общий уровень познавательного развития ребенка и возможности произвольной регуляции.

## **II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА И КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЕ ЗНАЧЕНИЕ КУРСА**

Обучающиеся с ЗПР — это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий<sup>1</sup>. Категория обучающихся с ЗПР – наиболее многочисленная среди детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и неоднородная по составу группа школьников. Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и мелкой ручной моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы. Уровень психического развития поступающего в школу ребёнка с ЗПР зависит не

---

<sup>1</sup> Пункт 16 статьи 2 Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ).

только от характера и степени выраженности первичного (как правило, биологического по своей природе) нарушения, но и от качества предшествующего обучения и воспитания (раннего и дошкольного).

Основной задачей образовательного процесса школы является преодоление психофизических недостатков обучающихся, препятствующих успешному освоению учебных навыков. В начальных классах фронтальная коррекционно-развивающая направленность учебного процесса сочетается с проведением специальных коррекционно-развивающих занятий «Ритмика – Играем, развиваемся, растём».

В программе четко просматриваются два основных направления работы: формирование знаний сенсорных эталонов — определенных систем и шкал, являющихся общепринятыми мерками, которые выработало человечество (шкала величин, цветовой спектр, система фонем и др.); обучение использованию специальных (перцептивных) действий, необходимых для выявления свойств и качеств какого-либо предмета.

Развитие сенсорной системы тесно связано с развитием моторной системы, поэтому в программу включены задачи совершенствования координации движений, преодоления моторной неловкости, скованности движений, развития мелкой моторики руки и др.

Овладение познавательными процессами как способами познания в предметном мире, формирование познавательных навыков невозможно без закрепления опыта ребенка в слове. Через все разделы программы в качестве обязательной прошла задача постепенного усложнения требований к проговариванию деятельности обучающихся: от овладения соответствующей терминологией до развернутого сопровождения собственных действий речью и вербального определения цели и программы действий, т. е. планирования.

Все разделы программы курса занятий взаимосвязаны. В основе предложенной системы лежит комплексный подход, предусматривающий решение на одном занятии разных, но однонаправленных задач из нескольких разделов программы, способствующих целостному психическому развитию ребенка (например, развитие мелкой моторики, формирование представлений о форме предмета, развитие тактильного восприятия или упражнения на развитие крупной моторики, пространственная ориентировка в классной комнате, развитие зрительной памяти и т. д.).

Данный курс занятий является коррекционно-направленным: наряду с развитием общих способностей предполагается исправление присущих обучающимся, воспитанникам с ограниченными возможностями здоровья недостатков психофизического развития и формирование у них относительно сложных видов психофизической деятельности.

### **III. Место коррекционного курса в учебном плане**

Коррекционный курс «Ритмика – Играем, развиваемся, растём» входит в коррекционно-развивающую область учебного плана МАОУ СОШ № 32 г. Томска и рассчитан на 4 года обучения (1-4 классы): 34 часа; (1 час в неделю). Занятия могут проводиться, как индивидуально, так и в группе от 2 до 4 человек один раз в неделю. Режим занятий выстроен в соответствии с санитарно-эпидемиологическими нормами и правилами. Продолжительность занятия 40 минут, из которых практическая деятельность не превышает 30 минут. Занятия проводятся в специально оборудованных кабинетах согласно расписанию, составленному и согласованному в начале учебного года.

Для детей со снижением интеллекта в легкой степени занятия проводятся после некоторой адаптации. Речевая и двигательная нагрузка для каждого ребенка подбирается индивидуально.

К занятиям допускаются дети, не имеющие противопоказаний (инфекционных заболеваний, судорожной готовности и эпилептических припадков и т.д.).

#### **IV. Ценностные ориентиры содержания коррекционного курса**

На занятиях коррекционного курса учащиеся получают не только знания об окружающих их предметах, временах года, нормах общения, но и практическую речевую подготовку. Они приучаются наблюдать, анализировать и обобщать различные процессы языковой действительности. На этих занятиях ведётся работа по развитию диалогической и монологической форм речи, происходит обогащение и уточнение словарного запаса и практическое овладение основными закономерностями грамматического строя языка. Формируется позитивное отношение к правильной устной и письменной речи как показателям общей культуры и гражданской позиции человека.

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в отношении к другим людям и к природе.

**Ценность добра** – направленность на развитие и сохранение жизни через сострадание и милосердие как проявление любви.

**Ценность свободы, чести и достоинства** как основа современных принципов и правил межличностных отношений.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира. Любовь к природе – это и бережное отношение к ней как среде обитания человека, и переживание чувства её красоты, гармонии, совершенства. Воспитание любви и бережное отношение к природе через тексты художественных и научно-популярных произведений литературы.

**Ценность красоты и гармонии** – основа эстетического воспитания через приобщение ребёнка к литературе как виду искусства. Это ценность стремления к гармонии, к идеалу.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, проникновения в суть явлений, понимания закономерностей, лежащих в основе социальных явлений. Приоритетность знания, установления истины, само -познание как ценность – одна из задач образования, в том числе литературного.

**Ценность семьи.** Семья – первая и самая значимая для развития социальная и образовательная среда. Содержание литературного образования способствует формированию эмоционально-позитивного отношения к семье, близким, чувства любви, благодарности, взаимной ответственности.

**Ценность труда и творчества.** Труд – естественное условие человеческой жизни, состояние нормального человеческого существования. Особую роль в развитии трудолюбия ребёнка играет его учебная деятельность. В процессе её организации средствами учебного предмета у ребёнка развиваются организованность, целеустремлённость, ответственность, самостоятельность, формируется ценностное отношение к труду в целом и к литературному труду в частности.

**Ценность гражданственности** – осознание себя как члена общества, народа, страны, государства; чувство ответственности за настоящее и будущее своей страны. Привитие через содержание предмета интереса к своей стране: её истории, языку, культуре, её жизни и её народу.

**Ценность патриотизма.** Любовь к России, активный интерес к её прошлому и настоящему, готовность служить ей.

**Ценность человечества.** Осознание ребёнком себя не только гражданином России, но и частью мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество, толерантность, уважение к многообразию иных культур.

## **V. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

В результате освоения коррекционного курса «Ритмика – Играем, развиваемся, растём» у обучающихся предполагается формирование *универсальных учебных действий* (личностных, познавательных, регулятивных, коммуникативных), позволяющих достигать *личностные, метапредметные: регулятивные, познавательные, коммуникативные и предметные* результаты.

*Личностные:* обучение на занятиях по данному курсу организует и дисциплинирует школьников с запоздалым психическим развитием, способствует формированию мотивации к учению, интереса (когда ребенок задает вопросы) и позитивного отношения к себе и окружающему миру.

*Регулятивные:* обучающимся с нарушениями в развитии свойственны не критичность в выполнении действий, низкий уровень самоконтроля, из-за нарушений регулирующей функции мышления и речи таким детям трудно полностью подчинить свои действия инструкции педагога, поэтому формирование у них представлений о предметах и явлениях и др. происходит последовательно, поэтапно.

Многие проблемы в обучении снимаются, если ученики умеют контролировать свою деятельность. Освоение элементов учебной деятельности, протекающее с задержкой у детей с особыми образовательными потребностями, успешно корригируется в процессе специально организованных занятий, когда ребенок постепенно учится определять цель своей деятельности, планировать её, двигаться по заданному плану, контролировать свои действия, оценивать и корректировать полученный результат. Кроме того, у школьника вырабатывается волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии и волевому усилию; воспитывается привычка к труду, желание трудиться.

*Познавательные:* на занятиях по развитию психомоторики и деятельности в результате целенаправленных обучающих воздействий педагога-психолога у ребенка с нарушением опорнодвигательного аппарата формируются эталонные представления о цвете, форме, величине, о признаках и свойствах различных предметов и материалов, их положении в пространстве и др., развиваются все виды восприятия, тем самым закладывается основа для развития умственной деятельности. Кроме того, создаются необходимые предпосылки для формирования психических функций, имеющих первостепенное значение для возможности дальнейшего обучения, осуществляется подготовка школьников к восприятию учебного материала на уроках письма и развития речи, чтения и развития речи, математики и др.

В процессе обучения ребенок овладевает сенсорными эталонами для определения отношений выявленных свойств и качеств данного предмета к свойствам и качествам других предметов и поисковыми способами ориентирования; у него появляется точность восприятия, формируется способность анализировать свойства предметов, сравнивать их, обобщать, сопоставлять результаты восприятия, тем самым создаются условия для коррекции памяти, внимания и других психических функций.

*Коммуникативные:* особое внимание на занятиях уделяется развитию речи и коммуникативных навыков обучающихся. Словесные обозначения свойств и качеств предметов и явлений, а также существующих между ними взаимосвязей и взаимоотношений обеспечивают возможность абстракции и обобщения, способствуют осмысливанию воспринимаемого учеником. Разные виды деятельности предоставляют большие возможности для обогащения словарного запаса воспитанников.

Школьники учатся с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в

соответствии с задачами и условиями коммуникации, овладевают монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.

Коррекционный курс «Ритмика – Играем, развиваемся, растём» способствует формированию таких коммуникативных действий, как умение объяснять свой выбор, строить фразы, отвечать на поставленный вопрос, аргументировать; работать в парах и малых группах; а также, вербальных и невербальных способов коммуникации.

## **VI. Содержание коррекционного курса**

### **I класс**

#### **Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)**

Овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. Разновидности ходьбы.

Бег. Разновидности прыжков. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Танцевальный шаг на полупальцах (под музыку). Ритмико-гимнастические упражнения. Перестроение под музыку.

Подбрасывание, перекатывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Перестроения. Разновидности ходьбы с преодолением препятствий с изменением ритма движений под различный темп музыки.

Упражнения на гимнастической скамейке и с мячами. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Упражнение в движении с обручем, скакалкой, гимнастической палкой под изменяющийся темп музыки.

#### **Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 часов)**

Чередование ходьбы и бега. Упражнения развивающие музыкальный слух, ритм, память.

Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Ходьба и бег чередуются с построениями под определенные доли музыкального произведения. Основная стойка.

Разновидности шага. Построение. Отстукивание, отзванивание ритма мелодий. Подвижная игра на развитие координационных способностей. Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Разновидности бега, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Игра. Танец «Стукалка», с колокольчиками. Солирование с барабаном, с колокольчиками.

#### **Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 часов)**

Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. ОРУ. Подвижные игры. Упражнения на гимнастической скамейке и с мячами. Использование различных атрибутов для развития двигательной активности. Эстафеты со скакалками. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. Использование различных пособий, атрибутов для развития двигательной активности. Подражание животным в движении. Разучивание упражнения «потопаем покружимся, похлопаем, покружимся». Музыкальная игра. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Танец «Стукалка». Бег на полупальцах, притопы, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с флажками.

## **Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)**

Танцевальные упражнения. Обучение танцевальным движениям: «Пружинка», «Кружение на месте». ОРУ в движении. Подвижные игры. Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ. Разучивание танцевальных упражнений и движений с предметами. Музыкальная игра. Разучивание танцевальных упражнений и движений с предметами. Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Разучивание танцев «Русская плясовая», «Хороводный». Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками, флажками», «хлоп да хлоп», «пружинка», «вертушка», «качание рук». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Танец «Русская плясовая» Упражнения на релаксацию. Участие в школьных праздниках

### **2 класс**

#### **Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)**

Общеразвивающие упражнения. Упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы. Наклоны туловища. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук. Повороты туловища с передачей предмета. Движения рук и ног. Упражнения на выработку осанки. Разновидности ходьбы, прыжков (с изменением ритма музыки). Перестроение под музыку. Танцевальный шаг на полупальцах. Перестроения. Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Перекатывание, катание малого мяча, чередуя с подбрасываниями и передачами в движении под изменяющийся темп музыки. Перестроения. Разновидности ходьбы с преодолением препятствий с изменением ритма движений под различный темп музыки. Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой под изменяющийся темп музыки.

#### **Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 часов)**

Упражнения на внимание. Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Упражнения развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Ходьба и бег чередуются с построениями под определенные доли музыкального произведения. Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Основная стойка. Разновидности шага. Отстукивание, отзванивание ритма мелодий. Подвижная игра на развитие координационных способностей. Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Разновидности бега, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Игра. Танец «Стукалка», с колокольчиками. Солирование с барабаном, с колокольчиками.

#### **Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 часов)**

Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Использование различных атрибутов для развития двигательной активности. Эстафеты со скакалками. Чередование ходьбы и бега. ОРУ с гимнастическими палками. Перестроения под музыку. ОРУ с обручами. Эстафеты с обручами. Выполнение отсроченных движений. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Танец «Стукалка». Музыкальная игра. Бег на полупальцах, притопы, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с флажками.

## **Народные пляски и современные танцевальные движения (9 часов)**

Танцевальные упражнения. Обучение танцевальным движениям: «Пружинка», «Кружение на месте». ОРУ в движении. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию. Изучение



танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. Разучивание упражнения «потопаем покружимся, похлопаем, покружимся». Музыкальная игра. Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Разучивание танцев «Русская плясовая», «Хороводный». Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками, флажками», «хлоп да хлоп», «пружинка», «вертушка», «качание рук». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Участие в школьных праздниках.

### **3 класс**

#### **Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)**

Упражнения на координацию движений. Перекрестные движения. Сопряженные движения рук и ног. Одновременные движения рук и ног. Ускорение и замедление движений. Смена движений. Разные виды ходьбы под счет, под музыку, виды бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнение для развития быстроты реакции движения. Разновидности прыжков под счет. Танцевальный шаг на полупальцах. Подвижная игра. Упражнения для развития координационных способностей. Разновидности прыжков с изменением ритма музыки. Перестроения под музыку в шеренгу, в круг. Упражнения для развития гибкости. Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Упражнения для укрепления свода стопы. Перекатывание, катание малого мяча, чередуя с подбрасываниями и передачами в движении под изменяющийся темп музыки. Упражнения для развития пространственной ориентировки. Перестроения. Разновидности ходьбы и с преодолением препятствий, изменением ритма движений. Чередование ходьбы и бега с перестроением под определенный темп музыкального сопровождения. Упражнения для развития гибкости и для укрепления мышц спины. Упражнение в движении с гимнастическими палками, скакалками, обручем под изменяющийся темп музыки. Упражнения для укрепления мышц пресса.

#### **Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 часов)**

Упражнения, развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упражнения на развитие внимания. Чередование ходьбы и бега с построениями под определенные доли музыкального произведения. ОРУ. Имитационные упражнения. Чередование ходьбы и бега. Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Танцевальные движения. Упражнения на релаксацию. Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Упражнения для формирования правильной осанки. Танец «Стукалка». Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Солирование с барабаном и с колокольчиками. Танец с колокольчиками. Упражнения для развития координационных способностей.

#### **Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 часов)**

Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Упражнения для развития быстроты реакции. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Стойка. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Подвижные игры. Упражнения для развития игровой деятельности. Использование различных атрибутов, пособий для развития двигательной активности. Эстафеты со скакалками. Чередование ходьбы и бега. Перестроение под музыку. ОРУ с гимнастическими палками и с обручами. Подвижные игры. Выполнение отсроченных движений. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. Сужение и расширение круга. Эстафета с обручами. Упражнения для развития пластичности. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упражнения для развития

чувства ритма. Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, учитывая характер музыки. ОРУ. Упражнение на расслабление.

### **Народные пляски и современные танцевальные движения (9 часов)**

Танцевальные упражнения. ОРУ в движении. Подвижная игра. Упражнения для развития чувства ритма. Обучение танцевальным движениям. Музыкальная игра. Упр. для укрепления свода стопы. Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. Подвижная игра. Упражнения для расслабления. Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Кружение. Танцы «Русская плясовая», «Хороводный». Упражнения на развитие мелкой моторики рук, чувства ритма. Танцевальные упр. «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Подвижные игры. Упр. на расслабление. Участие в школьных и классных праздниках и концертах.

### **4 класс**

#### **Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)**

Упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук. Раскачивание рук поочередно и вместе. Выбрасывание ног. Разные виды ходьбы под счет, под музыку, виды бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнения для формирования правильной осанки. Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения. Отражение разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. Упражнение для развития быстроты реакции движения. Разновидности прыжков под счет. Танцевальный шаг на полупальцах. Отражение хлопками ритмического рисунка мелодии. Упражнения для развития координационных способностей. Разновидности прыжков с изменением ритма музыки. Перестроения под музыку в шеренгу, в круг. Упражнения для развития гибкости. Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя с изменением темпа счета, под музыку. Составление простых ритмических рисунков. ОРУ с флажками. Упражнения для укрепления свода стопы. Перекатывание, катание малого мяча, чередуя с подбрасываниями и передачами в движении под изменяющийся темп музыки. Упражнения для развития пространственной ориентировки. Перестроения. Разновидности ходьбы и с преодолением препятствий, изменением ритма движений. Чередование ходьбы и бега с перестроением под определенный темп музыкального сопровождения. Упр. для развития гибкости и для укрепления мышц спины. Упражнение в движении с гимнастическими палками, скакалками, обручем под изменяющийся темп музыки. Составление простых ритмических рисунков. Упражнения для укрепления мышц пресса.

#### **Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 часов)**

Упражнения, развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упражнение на расслабление мышц. Упражнения на развитие внимания. Чередование ходьбы и бега с построениями под определенные доли музыкального произведения. Исполнение различных ритмов на барабане в медленном и быстром темпе. ОРУ. Имитационные упражнения. Чередование ходьбы и бега. Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Исполнение различных ритмов колокольчиками в медленном и быстром темпе. Танцевальные движения. Упражнения на релаксацию. Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности. Основная стойка. Построения. Играть, отстукивать и отзванивать ритм мелодии. Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Упражнения на релаксацию. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы. Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Передача на различных инструментах

основных ритмов знакомых песен. Упр. для формирования правильной осанки. Танец «Стукалка» Упражнение на передачу в движении характера музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Солирование с барабаном и с колокольчиками. Танец с колокольчиками. Упражнения для развития координационных способностей.

### **Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 часов)**

Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. Упражнения для развития быстроты реакции. Упражнение в равновесии. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Стойка. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Подвижные игры. Упражнения для развития игровой деятельности. Индивидуальное творчество. Использование различных атрибутов, пособий для развития двигательной активности. ОРУ. Эстафеты со скакалками. Упражнения для формирования правильной осанки Упражнения с гимнастическими палками и с обручем. Чередование ходьбы и бега. Перестроение под музыку. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. ОРУ с гимнастическими палками и с обручами. Игра с пением. Упражнения на развитие координационных способностей. Упражнения для развития ритма. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. Подражательные движения. Сужение и расширения круга. Эстафета с обручами. Упражнения на передачу в движении характера музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упражнения для развития чувства ритма. Упражнения на умение сочетать движение с музыкой. Ритмико-гимнастические упражнения с флажками. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упражнения для развития чувства ритма Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, учитывая характер музыки. Подражательные движения. Упражнения на расслабление.

### **Народные пляски и современные танцевальные движения (9 часов)**

Танцевальные упражнения. ОРУ в движении. Подвижная игра. Упражнения для развития чувства ритма Знакомство с новыми элементами танца и движениями: присядка, полуприсядка на месте и с продвижением. ОРУ. Музыкальная игра. Упражнения для укрепления свода стопы Соединение движения с музыкой. Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. Упражнения для расслабления Элементы русских народных плясок. Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Подвижные игры. Участие в школьных праздниках и концертах

## **VII. Тематическое планирование**

1 класс

	Раздел программы, темы (основное содержание)	Колво часов	Характеристика видов деятельности учащихся (на уровне УУД)
1	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b> 1. Вводный урок. 2. Ходьба и бег. Разновидности ходьбы. 3. Танцевальный шаг на полупальцах.	9 часов 1 1 1	Точность, координация, плавность, переключаемость движений. Напряжение и расслабление мышц. Тренировка отдельных

	<p>4. Ритмико-гимнастические упражнения.</p> <p>5. Подбрасывание, перекачивание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.</p> <p>6. Упражнение с препятствиями и на координацию движений.</p> <p>7. Строевые упражнения. Перестроения.</p> <p>8. Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой</p> <p>9. Итоговое занятие</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>групп мышц.</p> <p>Быстрота и точность реакции на звуковые или вербальные сигналы.</p> <p>Преодоление двигательной скованности движений.</p>
2	<p><b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами</b></p> <p>1. Вводный урок</p> <p>2. Упражнения на внимание</p> <p>3. Упражнение на расслабление мышц</p> <p>4. Упражнение на координацию движений</p> <p>5. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы</p> <p>6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности</p> <p>7. Итоговое занятие</p>	<p>7часов</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>Действия по условному сигналу.</p> <p>Формирование чувства музыкального темпа, восприятия ритмического рисунка.</p> <p>Слышать и распознавать в музыке ритмический рисунок, акцент.</p>
3	<p><b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку</b></p> <p>1. Импровизация движений на музыкальные темы</p> <p>2. Упражнения, развивающие темп и ритм</p> <p>3. Индивидуальное творчество</p> <p>4.Подвижные игры с пением и речевым сопровождением</p> <p>5. Упражнения в передаче игровых образов под музыку</p> <p>6. Русские народные игры</p> <p>7. Упражнения на передачу в движении характера музыки</p> <p>8. Упражнения на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание</p> <p>9.Итоговое занятие</p>	<p>9 часов</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>Слуховое восприятие, коррекция эмоциональной сферы.</p> <p>Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания.</p> <p>Имитационно-подражательные выразительные движения под музыку</p>
4	<p><b>Народные пляски и современные танцевальные движения</b></p> <p>1. Танцевальные упражнения и движения</p> <p>2. Соединение движения с музыкой</p>	<p>8часов</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>Формирование чувства музыкального темпа.</p> <p>Быстрота и точности реакции.</p> <p>Исполнение основных</p>

	3. Танцевальные упражнения и движения с предметами	1	виды шагов. Исполнение танцевальной комбинации из шагов, притопов и хлопков.
	4. Элементы русских народных плясок	1	
	5. Упражнения на развитие танцевального творчества	1	
	6. Итоговое занятие	1	

## 2 класс

	Раздел программы, темы (основное содержание)	Кол часов	Характеристика видов деятельности учащихся (на уровне УУД)
1	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b> 1. Вводный урок 2. Разновидности ходьбы 3. Танцевальный шаг на полупальцах 4. Перестроения 5. Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме 6. Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку 7. Упражнение с препятствиями и на координацию движений 8. Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой 9. Итоговое занятие	9 часов 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Понимание вербальных инструкций, отражающих пространственные отношения и выполнение действий на основе вербальной инструкции. Коррекция координации, крупной и мелкой моторики. Согласовывать движения разных частей тела. Выработка правильной осанки, чувства равновесия
2	<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами</b> 1. Вводный урок 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 в движении характера музыки, на развитие двигательной активности 7. Итоговое занятие	7 часов 1 1 1 1 1 1 1	Развитие всех видов памяти (зрительной, моторной, слуховой). Развитие произвольности при выполнении движений и действий. Самостоятельно составить ритмический рисунок, прохлопать его. Коррекция согласованности движения рук с движением туловища.
3	<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку</b> 1. Импровизация движений 2. Упражнение в равновесии 3. Индивидуальное творчество 4. Упражнения с гимнастическими палками 5. Упражнения с обручем 6. Упражнения для развития ритма	9 часов 1 1 1 1 1 1	Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания. Понимание различных эмоциональных состояний. Согласование движений с пением.

	7. Упражнение на передачу в движении характера музыки 8. Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание 9. Итоговое занятие	1 1 1	
4	Народные пляски и современные танцевальные движения 1. Танцевальные упражнения и движения 2. Соединение движения с музыкой 3. Русские народные игры 4. Упражнение на развитие танцевального творчества 5. Элементы русских народных плясок 6. Итоговое занятие	9 часов 1 2 2 1 1	Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений. Работа в парах и группе. Исполнение танцевальных комбинаций под музыку, сопровождая движения пением
	ИТОГО	34ч	

### Зкласс

	Раздел программы, темы (основное содержание)	Кол часов	
1	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b> 1. Вводный урок 2. Разновидности ходьбы 3. Танцевальный шаг на полупальцах 4. Перестроения 5. Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме 6. Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку 7. Упражнения с препятствиями и на координацию движений 8. Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой 9. Итоговое занятие	9 часов 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений. Переключаемость движений. Преодоление мышечных зажимов. Держать осанку и корпус во время движения. Формирование чувства ритма, восприятия ритмического рисунка
2	<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами</b> 1. Вводный урок 2. Упражнения на внимание 3. Упражнение на расслабление мышц 4. Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности 5. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	7 часов 1 1 1 1 1	Игра на барабане, уметь управляться с барабанными палочками. Повторять ритм, заданный учителем. Исполнять ритмы различных мелодий на барабане или бубне.

	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки	1	
	7. Итоговое занятие	1	
3	<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку</b> 1. Импровизация движений 2. Упражнение в равновесии 3. Индивидуальное творчество 4. Упражнения с гимнастическими палками и с обручем 5. Упражнения для развития ритма 6. Упражнения на передачу в движении характера музыки 7. Упражнения на умение сочетать движение с музыкой 8. Упражнения на внимание 9. Итоговое занятие	9 часов 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Развитие выразительности движений. Исполнение танцевальных шагов. Координировать движения в соответствии с характером и темпом музыки. Передавать в игровых и плясовых движениях различные образы
4	<b>Народные пляски и современные танцевальные движения</b> 1. Танцевальные упражнения 2. Танцевальные движения 3. Соединение движения с музыкой 4. Упражнения на развитие танцевального творчества 5. Элементы русских народных плясок 6. Итоговое занятие	9 часов 1 1 2 2 1 1 1	Развитие быстроты и точности реакции. Исполнение танцевальных шагов. Преодоление двигательных зажимов. Выполнять одно и то же движение в паре,
	итого	34ч	

#### 4 класс

	Раздел программы, темы (основное содержание)	Кол часов	Характеристика видов деятельности учащихся (на уровне УУД)
1	итмико-гимнастические упражнения 1. Вводный урок 2. Разновидности ходьбы 3. Танцевальный шаг на полупальцах 4. Перестроения 5. Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме 6. Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку 7. Упражнение с препятствиями и на координацию движений 8. Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой 9. Итоговое занятие	9 часов 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Отмечать в движении акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Выполнять упражнения в разных темпах, прыгать в разных направлениях. Согласованность движения рук с движением туловища. Составить ритмический рисунок и продемонстрировать его одноклассникам
2	<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами</b> 1. Вводный урок 2. Упражнения на внимание	7 часов 1 1	Слышать и распознавать в музыке ритмический рисунок, акцент. Развивать подвижность пальцев, координацию

	3. Упражнение на расслабление мышц 4. Упражнение на координацию Движений 5. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы 6. Упражнение на передачу в движении характерамузыки, на развитие двигательной активн	1 1 1 2	движений рук. Понимать ритм услышанной мелодии, уметь его повторить
3	<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку</b> 1. Импровизация движений 2. Упражнение в равновесии 3. Индивидуальное творчество 4. Упражнения с гимнастическими палками 5. Упражнения с обручем  6. Упражнения для развития ритма 7. Упражнение на передачу в движении характера музыки 8. Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание 9. Итоговое занятие	9 часов  1 1 1 1 1 1 1 1 1	Задавать ритм мелодии одноклассникам и уметь его проверять. Развивать подвижность пальцев, ощущать напряжение и расслабление мышц, рук Выполнять элементы пальчиковой гимнастики под музыку. Начинать движение вместе с началом музыки. Самостоятельно составить несложную танцевальную комбинацию из выученных движений.
4	<b>Народные пляски и современные танцевальные движения</b> 1. Танцевальные упражнения и движения 2. Соединение движения с музыкой 3. Русские народные игры 4. Упражнение на развитие танцевального творчества 5. Элементы русских народных плясок 6. Итоговое занятие	9 часов  2 2 1 1 2 1	Различать элементы народных танцев. Работать сообща, в паре, в группе. Четкое и выразительное исполнение отдельных движений и элементов танца. Отличать танцевальные шаги друг от друга, правильно их выполнять
	итого	34	
	итого	168	

### VIII. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Название раздела программы	оборудование
Ритмико-гимнастические упражнения	Малые мячи, обручи, флажки, гимнастические палки, скакалки по количеству детей в классе; гимнастическая скамья, кегли, музыкальный инструмент
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами	Малые мячи, обручи, флажки, гимнастические палки, скакалки по количеству детей в классе; гимнастическая скамья, кегли, музыкальный инструмент



Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку	Флажки, гимнастические палки, скакалки по количеству детей в классе; обручи, мячи, гимнастическая скамья; музыкальный инструмент
Народные пляски и современные танцевальные движения	Флажки, платочки; музыкальный инструмент

**Технические средства обучения** (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка).

Музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры).

Методическая литература:

Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва .2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -4 класс

Волгоград «Учитель» 2006 г.

Ж.Е. Фирлева, Е.Г. Сайкина «Танцевально -игровая гимнастика для детей.

Учебнометодическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. -СПб; «ДЕТСТВОПРЕСС»,2000

Коррекционная ритмика –под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина –Москва, 2007г.

А. Зямина, Л. В. Стрелетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие.- М.: Издательство «Глобус», 2009