



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №34  
ИМЕНИ 79-Й ГВАРДЕЙСКОЙ СТРЕЛКОВОЙ ДИВИЗИИ Г. ТОМСКА**

ПРИНЯТО:  
на заседании ПМПк  
протокол №1  
от 30.08.2019 г.

ПРИНЯТО:  
на заседании ПМПк  
протокол №33  
от 29.04.2020 г.

УТВЕРЖДЕНО: \_\_\_\_\_  
Директор МАОУ СОШ № 34  
Антипин В.К.  
Приказ № 364 от 30.08.2019г.

В редакции от 22.05.2020 г.  
Директор МАОУ СОШ № 34  
Антипин В.К.  
Приказ № 135 от 22.05.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА  
«Ритмика»  
для обучающихся 1 - 4 классов с задержкой психического развития,  
вариант обучения 7.2**

1 час в неделю, 33 часа в год

Разработчик: Некрасов А.С.,  
методист

Томск-2019

## 1 Пояснительная записка

Обучающиеся с задержкой психического развития (далее ЗПР) — это дети, имеющее 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. Среди причин возникновения ЗПР могут фигурировать органическая и/или функциональная недостаточность центральной нервной системы, конституциональные факторы, хронические соматические заболевания, неблагоприятные условия воспитания, психическая и социальная депривация. Подобное разнообразие этиологических факторов обуславливает значительный диапазон выраженности нарушений - от состояний, приближающихся к уровню возрастной нормы, до состояний, требующих ограничения от умственной отсталости.

Все обучающиеся с ЗПР испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.), нарушениями в организации деятельности и/или поведения. Общими для всех обучающихся с ЗПР являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции. Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и мелкой ручной моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы.

Программа курса «Ритмика» предназначена для обучающихся с ЗПР. Отмечаются нарушения внимания, памяти, восприятия и др. познавательных процессов, умственной работоспособности и целенаправленности деятельности, в той или иной степени затрудняющие усвоение школьных норм и школьную адаптацию в целом. Произвольность, самоконтроль, саморегуляция в поведении и деятельности, как правило, сформированы недостаточно. Обучаемость удовлетворительная, но часто избирательная и неустойчивая, зависящая от уровня сложности и субъективной привлекательности вида деятельности, а также от актуального эмоционального состояния. Возможна неадаптивность поведения, связанная как с недостаточным пониманием социальных норм, так и с нарушением эмоциональной регуляции, гиперактивностью.

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, направлена на реализацию коррекционно-развивающей области АООП НОО особых образовательных потребностей, обучающихся с ЗПР, получивших рекомендацию обучения по варианту 7.2

Рабочая программа коррекционно-развивающих занятий для обучающихся с ОВЗ составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (в редакции с изменениями и дополнениями);
2. Приказа Минобрнауки РФ от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО» (зарегистрированного Минюстом России 22 декабря 2009 г., рег. №15785);
3. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014г. № 1598;

<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.

4. Приказа Минобрнауки РФ от 30.08.2013 №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (Минюст России 01.10.2013 №30067);

5. Постановления Главного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями);

6. Постановления Главного санитарного врача РФ от 10.07.2015 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 №38528);

7. Приказа Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрированного Минюстом РФ от 3 февраля 2015 г. № 35847).

8. Примерной адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, одобрена решением от 22.12.2015 г., протокол 4/15

9. Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования МАОУ СОШ № 34 (вариант 7.2).

**Цель курса:** создание условий для личностного развития обучающихся с ЗПР и коррекции отклонений в психическом и физическом развитии обучающихся с ЗПР, посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

В соответствии с особыми образовательными потребностями детей с задержкой психического развития определяются **задачи курса:**

- овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения с звучащими инструментами (дудки, погремушки и т.д.))
- развитие умения воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка» (динамика, темп и т. д.);
- развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие умственной деятельности, творческого воображения, памяти, формирование произвольного внимания, пространственной ориентировки и координации, улучшение осанки;
- развитие умения совместной коллективной деятельности;
- воспитание самоорганизации и самодисциплины;
- приобщение детей к музыке, совершенствование музыкально-эстетических чувств.

Занятия ритмикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, у детей формируются правильное дыхание, развиваются моторные функции, воспитывается правильная осанка, походка, грация движений, что способствует в целом оздоровлению всего детского организма.

## 2 Общая характеристика коррекционного курса

"Коррекционная ритмика" - это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных физических и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движений, развиваются важные для

школьной готовности такие личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения. Занятия по "Коррекционной ритмике" построены на сочетании музыки, движения, речи.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. 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 учащихся 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 детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей 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 детей, 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 ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

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

Программа по ритмике состоит из пяти разделов:

- «Упражнения на ориентировку в пространстве»;
- «Ритмико- гимнастические упражнения»;
- «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»;
- «Игры под музыку»;
- «Танцевальные упражнения».

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

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый

раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить детей с ОВЗ согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально - двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

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

В соответствии с учебным планом ОУ коррекционный курс «Ритмика» является частью коррекционно - развивающей области.

Программа по курсу «Ритмика» рассчитана на 5 лет обучения для детей с ЗПР из 1 – 4-ых (специальных) коррекционных классов: 33 часа (одно занятие в неделю) в 1и 1дополнительном классах и 34 часа (одно занятие в неделю) во 2 – 4 классах после уроков во второй половине дня.

Занятия проводятся в течение учебного года 1 раз в неделю. Длительность коррекционно-развивающих занятий в соответствии с рекомендациями СанПиН 2.4.2.3286-15 в первом (первом дополнительном) классе растет постепенно: с 25-30 минут в сентябре-октябре до 35 минут в ноябре-декабре и 40 минут, начиная со второго полугодия; во втором – четвертом классах время занятий составляет 40 минут.

Программа курса составлена на основе следующих учебно-методических пособий:

Бородина И.Г. Коррекционная ритмика. М., 1992.

1. Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1 – Музыка, 2012
2. Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1 – Музыка, 2012
3. Котышева Е.Н. «Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями» - Речь, 2010
4. 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.
5. Программы для общеобразовательных учреждений: Коррекционно-развивающее обучение: Нач. классы / Сост. Л. А. Вохмянина. – М.: Дрофа, 2000.

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

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

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Реализация ценностных ориентиров начального общего образования в единстве обучения и воспитания, познавательного и личностного развития для обучающихся с ЗПР на основе формирования общих учебных умений, обобщённых способов действия обеспечивает высокую эффективность решения жизненных задач и возможность саморазвития обучающихся.

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

В ходе реализации курса «Ритмика» достигаются личностные и метапредметные результаты образования, происходит совершенствование сферы жизненной компетенции.

Личностные результаты освоения предмета «Ритмика»

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

Предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Обучающиеся должны уметь:

-готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

-ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

-ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;

-ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

-соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

-выполнять игровые и плясовые движения;

-выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Обучающиеся должны знать:

достаточный уровень	минимальный уровень
-ребенок самостоятельно находит свое место в строю; -принимает правильное положение; - умеет держать интервал; - четко выполняет инструкции педагога, движения в соответствии с темпом, ритмом, музыкального произведения; -ребенок допускает ошибки, которые исправляет	-выполняет несложные движения вместе с педагогом; - не всегда находит место в строю; -не всегда держит дистанцию; - не соотносит свое положение по отношению к строю; -ребенок не ориентируется в пространстве; -не понимает инструкции педагога; - не успевает за темпом мелодии, ему требуется помощь педагога

По результатам освоения курса проводится мониторинг на начальном этапе, промежуточном и в конце учебного года.

В составе основных видов универсальных учебных действий можно выделить ключевые блоки: личностные действия, познавательные действия, регулятивные действия, коммуникативные действия, знаково-символические действия.

Личностные действия - обеспечивают ценностно - смысловую ориентацию учащегося (знание моральных норм, умение соотносить и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения). Включает в себя 3 понятия:

1. личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;

2. смыслообразование - установление связи между целью учебы и ее мотивом, т.е. ради чего осуществляется учебная деятельность;

### 3. нравственно - этическая обеспечивающего личностный моральный выбор.

Личностные учебные действия по курсу «Ритмика» выражается в стремлении реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию; в формировании ценностно - смысловых ориентаций и духовно - нравственных оснований, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма.

Регулятивные действия - обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности. К ним относятся: целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил, к определению препятствий.

В изучении курса «Ритмика» важно ясно представлять цель предмета, а именно, что музыкально - ритмические движения, представляющие танцевальное искусство, - это мысль, выраженная в виде движений, которые провозглашают духовно - нравственные ценности человечества.

Познавательные универсальные действия включает в себя:

- общеуниверсальные действия (выделение и формулирование познавательной цели, поиск информации, структурирование знаний, выбор наиболее эффективного способа решения задач, рефлексия способов действия, контроль и оценка процесса, постановка проблемы, моделирование);

- логические универсальные действия (анализ объектов выделения признаков, синтез, классификация объектов, установление причинно - следственных связей, логическая цель рассуждений, доказательство, выдвижение гипотез и их обоснование);

- постановка и решение проблемы (формирование проблемы, самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера).

Приобщение к шедеврам мирового танцевального искусства - классическому, народному бальному танцу - способствуют формированию целостной художественной культуры мира, воспитанию патриотических убеждений, толерантности жизни в поликультурном обществе, развитию творческого, символического, логического мышления, воображения, памяти и внимания, что в целом активизирует познавательное и социальное развитие учащегося.

Коммуникативные учебные действия - обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участие в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное сотрудничество.

Коммуникативные учебные действия курса «Ритмика» - формируют умения слушать, способность встать на позицию другого человека, участвовать в обсуждении, значимых для каждого человека проблем жизни и продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

Итоги диагностического обследования заносятся в индивидуальный дневник динамического наблюдения. Результативность учебного года позволяет сделать выводы об уровне развития у обучающегося тех или иных психических процессов и универсальных учебных действий.

Оценка результатов освоения обучающимися с ЗПР программы коррекционной работы осуществляется с помощью мониторинговых процедур. Непрерывность, диагностичность, научность, информативность, наличие обратной связи мониторинга позволяют осуществить не только оценку достижений планируемых результатов освоения обучающимися программы коррекционной работы, но и вносить (в случае необходимости) коррективы в ее содержание и организацию.



## 6 Содержание коррекционного курса

Программа содержит 4 раздела:

«Ритмико-гимнастические упражнения»

Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Разновидности прыжков. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах (под музыку). Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Ритмико-гимнастические упражнения. Перестроение под музыку. ОРУ. Танцевальный шаг. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Подбрасывание, перекачивание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. Перестроения. Разновидности ходьбы с преодолением препятствий с изменением ритма движений под различный темп музыки. ОРУ. Игра. Упражнение на релаксацию. Перестроение. Строевые упражнения ОРУ. 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»

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

«Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»

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

«Народные пляски и современные танцевальные движения».

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. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию. ОРУ. Разучивание танцевальных упражнений и движений с предметами. Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию. Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Разучивание танцев «Русская плясовая», «Хороводный». Упражнение на релаксацию. 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.

## 7 Тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего	Виды деятельности обучающихся
<b>Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)</b>			
1	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
2	2. Ходьба и бег. Разновидности ходьбы	1	
3	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1	
4	4. Ритмико-гимнастические упражнения.	1	
5	5. Подбрасывание, перекатывание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.	1	
6	6. Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1	
7	7. Строевые упражнения. Перестроения.	1	
8	8. Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1	
9	Итоговое занятие	1	
<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)</b>			
10	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
11	2. Упражнения на внимание	1	
12	3. Упражнение на расслабление мышц	1	
13	4. Упражнение на координацию движений	1	
14	5. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1	
15	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1	
16	7. Итоговое занятие	1	
<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)</b>			
17	1. Импровизация движений на музыкальные темы.	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
18	2. Упражнения, развивающие темп и ритм.	1	
19	3. Индивидуальное творчество	1	
20	4. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением	1	
21	5. Упражнения в передаче игровых образов под музыку	1	
22	6. Русские народные игры.	1	
23	7. Упражнения на передачу в движении характера музыки	1	
24	8. Упражнения на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1	
25	9. Итоговое занятие	1	

Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)			
26	1. Танцевальные упражнения и движения	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
27	2. Соединение движения с музыкой	1	
28	3. Танцевальные упражнения и движения с предметами.	1	
29	4. Элементы русских народных плясок.	2	
30	5. Упражнения на развитие танцевального творчества	2	
31	6. Итоговое занятие	1	
Всего		33	

1 дополнительный класс

№ п/п	Тема занятия	Всего	Виды деятельности обучающихся
Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)			
1	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
2	2. Разновидности ходьбы	1	
3	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1	
4	4. Перестроения	1	
5	5. Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	1	
6	6. Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1	
7	7. Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1	
8	8. Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1	
9	9. Итоговое занятие	1	
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)			
10	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
11	2. Упражнения на внимание	1	
12	3. Упражнение на расслабление мышц	1	
13	4. Упражнение на координацию движений	1	
14	5. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1	
15	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1	
16	7. Итоговое занятие	1	
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)			
17	1. Импровизация движений	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
18	2. Упражнение в равновесии	1	
19	3. Индивидуальное творчество	1	
20	4. Упражнения с гимнастическими палками	1	
21	5. Упражнения с обручем	1	
22	6. Упражнения для развития ритма	1	
23	7. Упражнение на передачу в движении характера музыки	1	

24	8. Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1	
25	9. Итоговое занятие	1	
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)			
26	1. Танцевальные упражнения и движения	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
27	2. Соединение движения с музыкой	1	
28	3. Русские народные игры	1	
29	4. Упражнение на развитие танцевального творчества	2	
30	5. Элементы русских народных плясок	2	
31	6. Итоговое занятие	1	
Всего		33	

## 2 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)				
1	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ	
2	2. Разновидности ходьбы	1		
3	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1		
4	4. Перестроения	1		
5	5. Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	1		
6	6. Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1		
7	7. Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1		
8	8. Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1		
9	9. Итоговое занятие	1		
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)				
10	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ	
11	2. Упражнения на внимание	1		
12	3. Упражнение на расслабление мышц	1		
13	4. Упражнение на координацию движений	1		
14	5. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1		
15	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1		
16	7. Итоговое занятие	1		
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)				
17	1. Импровизация движений	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за	
18	2. Упражнение в равновесии	1		
19	3. Индивидуальное творчество	1		

20	4. Упражнения с гимнастическими палками	1	демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
21	5. Упражнения с обручем	1	
22	6. Упражнения для развития ритма	1	
23	7. Упражнение на передачу в движении характера музыки	1	
24	8. Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1	
25	9. Итоговое занятие	1	
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)			
26	1. Танцевальные упражнения и движения	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
27	2. Соединение движения с музыкой	1	
28	3. Русские народные игры	1	
29	4. Упражнение на развитие танцевального творчества	2	
30	5. Элементы русских народных плясок	2	
31	6. Итоговое занятие	1	
	Всего	33	

### 3 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)				
1	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ	
2	2. Разновидности ходьбы	1		
3	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1		
4	4. Перестроения	1		
5	5. Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	1		
6	6. Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	1		
7	7. Упражнения с препятствиями и на координацию движений	1		
8	8. Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1		
9	9. Итоговое занятие	1		
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)				
10	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ	
11	2. Упражнения на внимание	1		
12	3. Упражнение на расслабление мышц	1		
13	4. Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	1		
14	5. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1		

15	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки	1	
16	7. Итоговое занятие	1	
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)			
17	1. Импровизация движений	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
18	2. Упражнение в равновесии	1	
19	3. Индивидуальное творчество	1	
20	4. Упражнения с гимнастическими палками и с обручем	1	
21	5. Упражнения для развития ритма	1	
22	6. Упражнения на передачу в движении характера музыки	1	
23	7. Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	1	
24	8. Упражнения на внимание	1	
25	9. Итоговое занятие	1	
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)			
26	1. Танцевальные упражнения	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
27	2. Танцевальные движения	1	
28	3. Соединение движения с музыкой	1	
29	4. Упражнения на развитие танцевального творчества	2	
30	5. Элементы русских народных плясок	2	
31	6. Итоговое занятие	1	
	Всего	33	

#### 4 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)				
1	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ	
2	2. Разновидности ходьбы	1		
3	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1		
4	4. Перестроения	1		
5	5. Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	1		
6	6. Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1		
7	7. Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1		
8	8. Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1		
9	9. Итоговое занятие	1		
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)				
10	1. Вводный	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за	
11	2. Упражнения на внимание	1		
12	3. Упражнение на расслабление мышц	1		

13	4. Упражнение на координацию движений	1	демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
14	5. Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1	
15	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1	
16	7. Итоговое занятие	1	
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)			
17	1. Импровизация движений	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
18	2. Упражнение в равновесии	1	
19	3. Индивидуальное творчество	1	
20	4. Упражнения с гимнастическими палками	1	
21	5. Упражнения с обручем	1	
22	6. Упражнения для развития ритма	1	
23	7. Упражнение на передачу в движении характера музыки	1	
24	8. Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1	
25	9. Итоговое занятие	1	
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)			
26	1. Танцевальные упражнения и движения	1	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя выполнение различных практических работ
27	2. Соединение движения с музыкой	1	
28	3. Русские народные игры	1	
29	4. Упражнение на развитие танцевального творчества	2	
30	5. Элементы русских народных плясок	2	
31	6. Итоговое занятие	1	
	Всего	33	

## 8 Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Занятия проводятся в помещении с хорошим освещением, вентиляцией.

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

Литература:

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.