

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ТОМСКА  
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ  
ПРЕДМЕТОВ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО  
ЦИКЛА № 58 г.ТОМСКА

Приложение к АООП НОО  
Приказ № 310 от 31.08.2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету (курсу) **ритмика** для обучающихся с задержкой психического развития.

Вариант 7.2

класс 1- 4

Срок реализации 2021-2022 учебный год

Составитель:  
Ткачук Белла Витальевна,  
педагог-психолог

## 1. Пояснительная записка

Программа коррекционного курса «Ритмика» составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- ФГОС НОО от 6.10.2009г. № 373 (с изменениями от 26.11.2010г. № 1241, от 22.09.2011г. № 2357, от 18.12.2012г. № 1060, от 29.12.2014г. № 1643, от 31.12.2015г. № 1576; от 02.02.2016 N 40936);
- ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ от 19.12.2014г. № 1598;
- СанПин 2.4.2.2821-10 от 29.12.2010 № 189 (с изменениями и дополнениями от 29.06.2011г. № 85; от 25.12.2013г. № 72; от 24.11.2015г. № 81.
- СанПиН 2.4.2.3286-15 от 10.07.2015 N 26 10.07.2015 N 26 "
- ПАООП НОО обучающихся с задержкой психического развития. (Одобрена решением учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 22.12.2015 г. № 4/15);
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России или (и) Стратегия развития воспитания в РФ от 29.05.2015г.;
- Концепция программы поддержки детского и юношеского чтения в РФ (распоряжение правительства Российской Федерации от 3.06.2017г. № 1155-р);
- АООП НОО обучающихся с задержкой психического развития МАОУ СОШ № 58.

Вариант 7.2.

Рабочая программа курса разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития.

**Цель** - развитие двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

**Общие задачи коррекционного курса:**

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения, удовлетворяя особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР. В рамках данного курса осуществляется развитие двигательной сферы, способствующее совершенствованию произвольной регуляции деятельности, эстетическому воспитанию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца, решению психокоррекционных задач и формированию здорового образа жизни.

**Преимственность и межпредметные связи:** Данный курс опирается на знания, полученные в рамках таких предметов как музыка, физическая культура.

## 2. Общая характеристика коррекционного курса «Ритмика»

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений. Улучшается также ориентировка в

пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Отмечено, что занятия ритмикой положительно влияют на состояние эмоциональной и познавательной сфер, а также развивают творческое воображение.

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа;
- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения;
  - ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
  - упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
  - игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);
  - танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и несложных танцевальных композиций).

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

На реализацию данного коррекционного курса в учебном плане отведено 1 час в неделю. Полный курс – 34 часа во 2-4 классе и 33 часа в 1 классе.

### **4. Планируемые результаты изучения коррекционного курса**

#### **Личностные результаты.**

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

#### **Метапредметные результаты.**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

#### **Предметные результаты.**

- развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, двигательной активности, координации движений, двигательных умений и навыков; формирование умения дифференцировать

движения по степени мышечных усилий;

- овладение специальными ритмическими упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов и т.д.), упражнениями на связь движений с музыкой;
- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- овладение подготовительными упражнениями к танцам, овладение элементами танцев, танцами, способствующими развитию изящных движений, эстетического вкуса;

### 5. Содержание коррекционного курса

Занятия ритмикой конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Музыка и движение» (основные упражнения и основные упражнения в парах), «Движения и речь», «Музыка и танец».

«Музыка и движение» является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, упражнения на расслабления мышц и др.

Раздел «Движение и речь» направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Обучающиеся повторяют уже изученные и осваивают новые: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

Раздел «Музыка и танец» - У обучающихся формируются умения разбиться на пары и построиться назад в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

Далее сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы и пляски.

Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп.

### 6. Тематическое планирование

#### 1 класс

№ п/п	Разделы	Часы	Виды учебной деятельности
1	Раздел «Музыка и движение»	10	Ритмические игры и упражнения с предметами. Подготовка к занятиям, выполнение несложных упражнений под музыку, построение в шеренгу, приветствие учителя, общеразвивающие упражнения, гимнастика, ритмические упражнения, ориентировка в направлении движения. Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку. Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги.

2	Раздел «Движения и речь»	11	Построения и перестроения с речевками. «Скажу и сделаю сам». «Скажу и сделаю, послушаю и сделаю». Ходьба в шеренге с речевками, речевки под музыку, речевки с движением. Ходьба и перестроения под речевки и под музыку. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.
3	Раздел «Музыка и танец»	12	Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения в парах под музыку. Игры под музыку. Разучивание танцевальных движений. Разучивание и исполнение танцев.
	<b>Итого:</b>	<b>33</b>	

## 2 класс

№ п/п	Разделы	Часы	Виды учебной деятельности
1	Раздел «Музыка и движение»	12	Ритмические упражнения, партерная гимнастика, прыжки, раст. Выполнение несложных упражнений под музыку, построение в шеренгу, общеразвивающие упражнения, ориентировка в направлении движения. Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку. Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги.
2	Раздел «Движения и речь»	8	«Движения со счётом». «Движения с хлопками». «Скажем и сделаем». Речевки под музыку, с ритмическим сопровождением, с движением. Ходьба и перестроения и под музыку. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.
3	Раздел «Музыка и танец»	14	Перестроение для танцев. Позиции в паре. Разучивание танцевальных движений. Координация в танце. Красота движений. Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения в парах под музыку. Игры под музыку. Разучивание танцевальных движений. Разучивание и исполнение танцев.
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	

## 3 класс

№ п/п	Разделы	Часы	Виды учебной деятельности
1	Раздел «Музыка и движение»	14	Танцевальные шаги. Развитие координации. Отработка движений. Разучивание позиций рук и ног. Наклоны и повороты корпусом. Гимнастические элементы. Музыкально-ритмические игры и упражнения, ориентировка в направлении движения. Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку. Понятие о марше, ритмический счет. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.
2	Раздел «Движения и р	6	Движение с речевками. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Музыкально-ритмические игры. Ходьба и перестроения под речевки и под музыку. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку.

3	<b>Раздел «Музыка и тан»</b>	14	Работа по парам. Основные танцевальные точки, шаги. Танцевальный элементы. Диагональ, середина. Позиции ног, рук Отработка движений. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения. Ритмико- гимнастические упражнения в парах под музыку. Игры под музыку. Разучивание танцевальных движений. Разучивание и исполнение танцев.
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	

#### 4 класс

№ п/п	Разделы	Часы	Виды учебной деятельности
1	<b>Раздел «Музыка и движение»</b>	14	Музыкально-ритмические игры, линия танца, перестроения. Движение на развитие координации. Развитие координации. Движение на прыгучесть. Партерная гимнастика под музыку. Ориентировка в направлении движения. Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку.
2	<b>Раздел «Движения и речь»</b>	6	Движение с речевками. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Музыкально-ритмические игры. Ходьба и перестроения под речевки и под музыку. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку.
3	<b>Раздел «Музыка и танец»</b>	14	Работа по парам. Движения по линии танца. Перестроения для танцев. Музыкально-ритмические игры. Отработка движений. Танцевальная разминка. Отработка движений. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения.
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	

#### 7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

- просторный зал с зеркалами и хорошим освещением;
  - магнитофон, музыкальный центр;
  - музыкальные, шумовые инструменты;
  - гимнастические палки, ленты, обручи и др.
1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984. - 288 с.
  2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики "Аничков Мост", 2015. - 196 с.
  3. Зимица А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 32 с.
  4. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: уч.-мет. пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 104 с.
  5. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 223 с.
  6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.
  7. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика; уч. пособие / Под ред. Е.А. Медведевой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 224 с.
  8. Овчинникова Т.С., Симкина А.А. Музыка, движение и воспитание. - М.: КАРО; СПб, 2011. - 77с.
  9. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. - М.: Дрофа, 1998. - 104 с.