

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение-
Ордынского района Новосибирской области
Ордынская средняя общеобразовательная школа №2**

Рассмотрена
на педагогическом советом
протокол от 29.08.2025 г. №1

Согласовано с зам.директора по
УВР  Е.А. Полетаева

УТВЕРЖДЕНО
директор МКОУ-Ордынской
СОШ №2
Риттер А.Ю.
приказ №286 от 29.08.2025



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КОРРЕКЦИОННО РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА
« РИТМИКА» ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ
НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
СРОК ОСВОЕНИЯ 1 ГОД
1-4 КЛАСС
КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ 33**

Направление: спортивно- оздоровительное

Автор – составитель рабочей программы Фомина Я.А.

Программа разработана на основе рекомендаций по составлению программ внеурочной деятельности

р.п. Ордынское
2025г

1. Пояснительная записка

Преподавание ритмики в образовательном учреждении с детьми с ограниченными возможностями здоровья обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Ритмика, являясь синтетическим, интегративным видом деятельности, позволяет решать целый спектр разнообразных образовательных, воспитательных, развивающих и коррекционных задач, лежащих во многих плоскостях, - от задач укрепления здоровья умственно отсталых учащихся, развития их психомоторики, до задач формирования и развития у них творческих и созидательных способностей, коммуникативных умений и навыков.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

Цель программы: способствовать исправлению недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи программы:

- Развивать двигательную активность, как основу здорового образа жизни, укреплять физическое и его здоровье детей.
- Развивать общую и речевую моторику.
- Способствовать эмоционально-волевому развитию учащихся.
- Воспитывать дружелюбие, дисциплинированность, чувства долга, коллективизма, организованности.

На коррекционный развивающий курс «Ритмика» **на 1 год обучения** выделено 33 часа на уровне НОО в соответствии с учебным планом ООН НОО МКОУ – Ордынской СОШ №2 по 1 часу в неделю.

Планируемые результаты освоения программы коррекционного развивающего курса «Ритмика» на уровне начального общего образования.

Личностными результатами в работе коррекционного развивающего курса «Ритмика» будут следующие:

Учащиеся смогут:

- Развивать двигательную активность.
- Формировать способности к эмоциональному восприятию учебного материала;
- Осознавать роль танца в жизни;
- Понимать красоту в танцевальном искусстве, в окружающем мире.
- Развивать танцевальные навыки.

- развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
- Расширять навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
- Осваивать умения взаимодействовать в различных ситуациях.
- Организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

Предметные результаты:

Учащиеся смогут:

- *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;
- *Выполнять* ритмично 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.
- *Работать* в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- *Обращаться* за помощью;
- *Предлагать* помощь и сотрудничество;
- *Слушать* собеседника;
- *Договариваться* и приходить к общему решению;
- *Формулировать* собственное мнение и позицию;
- *Оценивать* адекватно собственное поведение и поведение окружающих.

2. Содержание коррекционного развивающего курса « Ритмика» на уровне начального общего образования с указанием форм организации учебных занятий, основных видов деятельности.

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений

Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

Упражнения на расслабление мышц

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

3. Координация движений, регулируемых музыкой

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

4. Игры под музыку

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей. Музыкальные игры с предметами.

5. Танцевальные упражнения

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

Формы проведения занятий:

Методы ведения кружка:

- Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
- Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
- Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
- Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
- Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

- ритмопластика и ритмическая гимнастика;
- логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
- психогимнастика под музыку;
- корригирующие игры с пением;
- коррекционные подвижные и пальчиковые игры;

Формы, и средства проверки и оценки результатов обучения

Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке; организации ритмических игр; проведении творческих выступлений. Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в конкурсных мероприятиях или выполнения им некоторых работ. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

- участию в различных сценических представлениях;
- по повышению уровня общей и физической культуры;
- по введению речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;
- по отношениям в коллективе.

Основные разделы программы с указанием форм организации учебных занятий.

1 класс

№ п.п.	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	1 уровень - знать пространственные понятия, понятия «исходное положение», «линия», «колонна», «круг»;

			2 уровень - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю; равняться в шеренге, колонне; ходить и бегать по кругу с сохранением дистанции; 3 уровень - входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение, приветствовать учителя; ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	1 уровень –знать названия всех частей тела; знать основные упражнения; 2 уровень – выполнять несложные движения руками и ногами; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме; 3 уровень – выполнять задания после показа и по словесной инструкции; придумывать и показывать простейшие упражнения для разных частей тела;
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	1 уровень –знать музыкальные инструменты; знать звучание музыкальных инструментов; знать и отличать понятия «громко-тихо», «быстро-медленно»; 2 уровень – начинать и заканчивать движения по сигналу музыки; соотносить темп движений с музыкальным сопровождением; 3 уровень – определять настроения музыки (веселая, грустная, спокойная); координировать движения в соответствии с характером музыки;
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	1 уровень - знать правила игр; 2 уровень – целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя; 3 уровень – выполнять игровые движения после показа учителем; играть, соблюдая правила; выразительно передавать игровой образ;
5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	1 уровень –знать названия движений и упражнений; 2 уровень – ловко и быстро переходить от одного движения к другому; 3 уровень – выполнять плясовые движения; уметь работать в паре.

Формы, и средства проверки и оценки результатов обучения

Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке; организации ритмических игр; проведении творческих выступлений. Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в конкурсных мероприятиях или выполнения им некоторых работ. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

- по оценке творческой продукции ребенка – исполнению им комплексов упражнений

- ритмической гимнастике, танцев, песен; игре на простых музыкальных инструментах,
- участию в различных сценических представлениях;
- по повышению уровня общей и физической культуры;
- по введению речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;
- по отношениям в коллективе.

№ п/п	Тема	Всего занятий	Теория	практика
	Упражнения на ориентировку в пространстве.	7	3	4
	Ритмико-гимнастические упражнения.	11	2	9
	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения	4	1	3
	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений	5	1	4
	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	2	-	2
	Упражнения на движения, координированные музыкой.	3	-	3
	Игры под музыку	5	1	4
	Танцевальные упражнения.	7	2	5

2.Содержание кружка внеурочной деятельности «Ритмика» на уровне начального общего образования с указанием форм организации учебных занятий, основных видов деятельности.

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений

Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

Упражнения на расслабление мышц

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

3. Координация движений, регулируемых музыкой

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

4. Игры под музыку

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей. Музыкальные игры с предметами.

5. Танцевальные упражнения

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

3. Тематическое планирование с указанием часов, отведённых на освоение каждой темы

№ урока		Тема	К-во часов	Деятельность учащихся	Коррекционная работа	Ожидаемый результат
I четверть						
		Упражнения на ориентирование в пространстве – 4 ч				
1	1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение.	1	Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, шеренга	Развитие пространства и умения ориентироваться в нем	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.
2	2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка.	1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	Развитие способности словесному выражению пространственных отношений (движений влево, вправо, назад, вперед, руки вверх-вниз и т. д.)	Уметь равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.

3	3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	1	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений.	Развить подвижность плечевого и шейного отдела.
4	4	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами	1	Движения рук в разных направлениях; наклонить, повернуть туловище вправо, влево.	Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	Уметь ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.
Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений – 2 ч						
5	1	Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднятие и опускание рук.	1	Поднимать и опускать руки по очереди, перекрестно.	Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	Научиться быстро, точно и ловко управлять движениями рук.
6	2	Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук	1	Выставить левую ногу вперед. Правую руку вперед.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.	
Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц – 2 ч						
7	1	Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук.	1	Круговые движения рук, поднимать. Опускать плечи.	Ощущать напряжение и расслабление мышц, развивать координацию движений рук.	Научиться ощущать напряжение и расслабление в теле.
8	2	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).		Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую.	Нормализация мышечного тонуса, выработка чувства равновесия.	
II четверть						
Координация движений, регулируемых музыкой - 1 ч						
9	1	Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях.	1	Двигать кистями рук в разных направлениях. Сжимать пальцы в кулак, поочередно закрывать пальцы.	Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы.	Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками.
Игры под музыку – 2ч						
10	1	Игры под музыку.	1	Выполнять	Изменение характера	Уметь

		Ритмичные движения в соответствии с характером музыки		ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	движений в соответствии с изменением контрастов звучания.	соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.
11	2	Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	Развитие слухового восприятия, коррекция эмоциональной сферы.	
		Танцевальные упражнения – 4 ч				
12	1	Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями	1	Прямой галоп. Танцевальные движения. Танец «Барыня»,	Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.
13	2	Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1	Шагать бодро, спокойно, тихо, топая ногами. «Утята»	Развитие мышечного тонуса, координации движений.	
14	3	Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах.	1	Легкий бег на полупальцах, легкий шаг на полупальцах.	Формирование чувства музыкального темпа.	
15	4	Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. РК	1	Галоп. Прыжки на двух ногах с разными положениями рук.	Развитие быстроты и точности реакции.	
III четверть						
		Упражнения на ориентирование в пространстве – 3 ч				
16	1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево.	1	Движения вперед, назад, направо, налево пляски с хлопками.	Развитие пространственной организации собственных движений, оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение.	Знать простейшие пространственные понятия. Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его
17	2	Упражнения на ориентирование в	1	Маршировка по кругу с	Развитие пространственных	

		пространстве. Направления движений в круг, из круга.		остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга	представлений, способности словесному выражению пространственных отношений.	линии.
18	3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. РК	1	Простые шаги, шаги на носках. Простые шаги, шаги на пятках. Бег по кругу, ногу отбросить назад.	Коррекция пространственных представлений, согласованности движений.	Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения.
Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения -4 ч						
19	1	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища	1	Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения стопой.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.	Знать правила постановки корпуса. Запомнить и уметь выполнить ритмико-гимнастические упражнения. Хорошо развита
20	2	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры	1	Приседания с опорой и без опоры, с предметами	Преодоление двигательной скованности движений.	гибкость и пластичность движений.
21	3	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами	1	Выставлять ногу на носок в разные стороны пляски с кружением, хлопками.	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.	
22	4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1	Подъем на полупальцы. Выбатывать осанку.	Выработка правильной осанки, чувства равновесия.	
Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений – 3 ч						
23	1	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1	Выставить ногу назад, левую руку вперед, с упругой ноги. Знать позиции рук, сменить позиции рук.	Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений.	Знать движения на развитие координации, уметь выполнять их. Хорошо выполнять ранее изученные упражнения, позиции, движения.
24	2	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию	1	Проводить движения рук головой, взглядом	Развитие умения реализовать запрограммированные действия по	

		движений. Смена позиций рук			условному сигналу.	Самостоятельно исполнять танец на развитие координации движений.
25	3	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник»	1	Прохлопать простой рисунок пляски с притопами	Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	

IV четверть

Координация движений, регулируемых музыкой - 2 ч						
26	1	Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.	1	Соединить пальцы в разных позициях. Мелкие движения пальцев рук. Отстучать простой ритмический рисунок.	Коррекция мелкой моторики, согласованности движений.	Знать названия музыкальных инструментов, уметь исполнять простейший ритмический рисунок на барабане и детском пианино. Знать слова стихов и считалок, используемых на уроке. Уметь проговаривать их вместе со звучанием музыкального инструмента.
27	2	Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане	1	Проговаривать слова стихов, попевок, песен	Формирование чувства музыкального темпа, восприятия ритмического рисунка.	
Игры под музыку – 3 ч						
28	1	Игры под музыку. Имитационные упражнения.	1	Изменять направление и формы ходьбы	Развитие имитационно-подражательных выразительных движений под музыку.	Знать правила игр. Владеть имитационно-подражательными и движениями.
29	2	Игры под музыку. Движения транспорта, людей.	1	Имитационные игры, движения	Развитие имитационно-подражательных выразительных движений.	Согласовывать движения с речью.
30	3	Музыкальные игры с предметами. РК	1	Музыкальные игры с предметами.	Согласование движений с пением.	
Танцевальные упражнения – 3 ч						
31	1	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	1	Маховые движения рук: на счет 1,2; на счет 1 пауза 2	Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения).	Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
32	2	Танцевальные упражнения.	1	Элементы русской	Развитие умения выполнять	Знать

		Движения парами		пляски.положен ие рук в русском танце.	совместные действия и коммуникативных навыков.	особенности исполнения танцевальных упражнений.
33	3	Танец «Пляска с притопами»	1	Уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	Уметь работать в паре, в коллективе.

4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение:

- ~ технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
- ~ музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры),
- ~ детские музыкальные инструменты: флейта, трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, ложки;
- ~ дидактическое оборудование: мячи, флажки, скакалки, шары, обручи.

Методическая литература:

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. 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.
3. Ж.Е. Фирлева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
4. Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2003.-112с.
5. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Зямина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Зямина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

Учебный год	класс	Программа пройдена	Подпись педагога