



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЗЕЛЕНОГОРСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»  
БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**ПРИНЯТА**  
методическим объединением учителей  
начальных классов  
(протокол №1 от 28.08.2023 г.)

Руководитель \_\_\_\_\_ З.С. Сеитаптиева

**УТВЕРЖДЕНА**  
Директор  
\_\_\_\_\_ Р.Б. Джанишаев  
(приказ №419 от «29» 08.2023 г.)

**СОГЛАСОВАНА**  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ С.С. Капитан

от «29» 08. 2023 г.

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ  
ПРОГРАММА**

**Коррекционно – развивающего курса  
«Ритмика»  
для обучающихся 4 класса  
(ЗПР 7.2)**

Соответствует федеральной адаптированной образовательной программе начального  
общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской  
Федерации  
от 24.11.2022 № 1023

«Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы  
начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная программа коррекционно – развивающего курса «Ритмика» обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) на уровне начального общего образования составлена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 №273ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- приказа Минпросвещения России от 19.12.2014 №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
- учебного плана МБОУ «Зеленогорская СШ» Белогорского района Республики Крым на 2023/2024 учебный год.
- рабочей программы воспитания МБОУ «Зеленогорская СШ» Белогорского района Республики Крым, уровень начального общего образования.

Программа ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Рабочая программа коррекционно – развивающего курса «Ритмика» разработана на основе

«Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 4 класс». Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.

Преподавание ритмики для обучающихся с ЗПР обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально- ритмической деятельности.

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

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

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

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

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

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении праздников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Основные задачи реализации АООП НОО обучающихся с ЗПР, запланированные в Рабочей программе:

- коррекция всех компонентов психофизического, интеллектуального, личностного развития обучающихся с ЗПР с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей;
- развитие активности, самостоятельности и независимости в повседневной жизни;
- развитие возможных избирательных способностей и интересов обучающегося в разных видах деятельности;
- формирование основ нравственного самосознания личности, умения правильно оценивать окружающее и самих себя;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результата;
- расширение представлений обучающегося о мире и о себе, его социального опыта;
- формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;

- формирование умений, навыков социального общения людей; расширение круга общения, выход обучающегося за пределы семьи и образовательной организации;
- развитие навыков осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими детьми в решении общих проблем;
- укрепление доверия к другим людям;
- развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания других людей и сопереживания им;
- эстетическое воспитание, развитие эмоционально-волевой и познавательной сферы, творческих возможностей обучающихся, обогащение общего и речевого развития, расширение кругозора;
- развитие восприятия музыки;
- формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку (основных, элементарных гимнастических и танцевальных), правильной осанки, умений выполнять построения и перестроения, исполнять под музыку несложные композиции народных, балльных и современных танцев, импровизировать движения под музыку;
- формирование умений эмоционально, выразительно и ритмично исполнять музыкальные пьесы на элементарных музыкальных инструментах в ансамбле под аккомпанемент учителя;
- развитие у обучающихся стремления и умений применять приобретенный опыт в музыкально-ритмической деятельности во внеурочное время, в том числе при реализации совместных проектов со сверстниками.

В соответствии с требованиями учебного плана Адаптированной основной общеобразовательной программы начального образования для детей с задержкой психического развития (вариант 7.2) на коррекционно – развивающий курс «Ритмика» отведен 1 час в неделю, общее количество часов в год 34 часа.

## СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

### Содержание учебного коррекционно – развивающего курса.

- Упражнения на ориентировку в пространстве Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке.
- Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.
- Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений.
- Упражнения с предметами.
- Ритмико-гимнастические упражнения
- Общеразвивающие упражнения.
- Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.
- Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.

### Упражнения на координацию движений.

- Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.
- Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.
- Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, наголении.
- Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).
- Упражнение на расслабление мышц.
- Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»).
- Имитация распускающегося цветка (с позиции приседание на корточки). Имитация увядающего (с позиции приседание на корточки). Упражнения с детскими музыкальными инструментами Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак).
- Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром,
- с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.
- Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино.
- Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

## **Игры под музыку**

- Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке.
- Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.
- Инсценирование музыкальных сказок, песен. Танцевальные упражнения
- Упражнения на различение элементов народных танцев.
- Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут.
- Пружинящий бег.
- Пскоки с продвижением назад (спиной).
- Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.
- Разучивание народных танцев.

### **Цель предмета:**

- развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности;
- занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ результаты:**

- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию, сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к познанию, ценностно-смысловые установки, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества;
- сформированность целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- владение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие компенсаторных умений и навыков;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ** результаты:

- владение способностью принимать и сохранять цели и задачи любого вида деятельности, поиск средств ее осуществления; освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни класса;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение работать в материальной и информационной среде НОО (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; сформированность компенсаторных способов деятельности;
- развитие художественного вкуса, устойчивого интереса к музыкально-ритмическому искусству и различным видам (или какому-либо виду) творческой деятельности;
- развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов искусств, размышлять о музыке и танцевальном искусстве как способе выражения духовных переживаний человека;
- общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства;

- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, региональной самобытности музыкального и танцевального искусства разных народов.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ результаты:**

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

### **Коммуникативные результаты освоения включают:**

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

### **Познавательные УУД**

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов; делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале; пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями; наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное
- высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).

### **Знать/понимать**

- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- правила поведения и техники безопасности на занятиях
- разминку
- начало и конец музыкального вступления
- названия танцевальных движений и их использование
- правила исполнения движений в танцевальной группе
- разученные танцы и хореографические постановки

### **Уметь**

- двигаться в соответствии с характером музыки
- передвигаться в танцевальных рисунках
- связывать движения в танцевальные комбинации
- самостоятельно проводить разминку
- работать в группе

- держать линии и фигуры
- точно выполнять полученное задание
- координировать свои движения
- ориентироваться в пространстве
- эмоционально откликаться на музыку
- выступать на сцене
- собранно и ответственно относиться к выполнению поставленной задачи
- оценивать качество выполнения упражнений и заданий
- самостоятельно выполнять чётко разминку в едином ритме и темпе, следить за синхронным выполнением движений
- выполнять релаксацию
- правильно исполнять танцевальные элементы;
- исполнять движения в группах;
- держаться правильно на сценической площадке

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (1 час в неделю – 34 часа)

| № п/п  | Наименование разделов и тем программы  | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--|--|------------------|--------------------|---------------------|--|
|  |  | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |  |
| <b>Раздел I. Упражнения на ориентировку в пространстве</b> |  |                  |                    |                     |  |
| 1.   | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре  | 1                |                    |                     |  |
| 2.   | Построение в шахматном порядке   | 1                |                    |                     |  |
| 3.   | Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их  | 1                |                    |                     |  |
| 4.   | Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол   | 1                |                    |                     |  |
| 5.   | Сохранение правильной дистанции во всех видах построений   | 1                |                    |                     |  |
| 6.   | Упражнения с предметами  | 1                |                    |                     |  |
| Итого по разделу   |  | 6                |                    |                     |  |
| <b>Раздел II. Ритмикогимнастические упражнения</b>         |  |                  |                    |                     |  |
| 1.   | 1.1.Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед,назад, в стороны  | 1                |                    |                     |  |
| 2.   | Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам   | 1                |                    |                     |  |
| 3.   | Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие,быстрые, медленные движения кистей рук | 1                |                    |                     |  |
| 4.   | Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе  | 1                |                    |                     |  |

|   |  |    |  |  |  |
|---|--|----|--|--|--|
| 5.  | Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп         | 1  |  |  |  |
| 6.  | Упражнения на выработку осанки   | 1  |  |  |  |
| 7.  | 1.2. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей   | 1  |  |  |  |
| 8.  | Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений  | 1  |  |  |  |
| 9.  | Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени  | 1  |  |  |  |
| 10.   | Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном)                            | 1  |  |  |  |
| 11.   | 1.3. Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой «петрушка» | 1  |  |  |  |
| 12.   | Имитация распускающегося цветка (с позиции приседание на корточки)   | 1  |  |  |  |
| 13.   | Имитация увядающего (с позиции приседание на корточки)   | 1  |  |  |  |
| Итого по разделу  |  | 13 |  |  |  |
| <b>Раздел III. Упражнения детскими музыкальными инструментами</b> |  |    |  |  |  |
| 1.  | Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак)  | 1  |  |  |  |
| 2.  | Движения кистей и пальцев  | 1  |  |  |  |

|                  |  |   |  |  |  |
|------------------|--|---|--|--|--|
|                  | рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений                |   |  |  |  |
| 3.               | Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино  | 1 |  |  |  |
| 4.               | Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни | 1 |  |  |  |
| Итого по разделу |  | 4 |  |  |  |

#### **Раздел IV. Игры под музыку**

|                  |   |   |  |  |  |
|------------------|---|---|--|--|--|
| 1.               | Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке | 1 |  |  |  |
| 2.               | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии  | 1 |  |  |  |
| 3.               | Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов Танцевальных движений, их комбинирование                          | 1 |  |  |  |
| 4.               | Игры с пением, речевым сопровождением   | 1 |  |  |  |
| 5.               | Инсценирование музыкальных сказок, песен  | 1 |  |  |  |
| Итого по разделу |   | 5 |  |  |  |

#### **Раздел V. Танцевальные упражнения**

|    |   |   |  |  |  |
|----|---|---|--|--|--|
| 1. | Упражнения на различение элементов народных танцев                  | 1 |  |  |  |
| 2. | Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут | 1 |  |  |  |
| 3. | Пружинящий бег  | 1 |  |  |  |
| 4. | Поскоки с продвижением назад (спиной)                               | 1 |  |  |  |

|                                     |   |    |   |  |  |
|-------------------------------------|---|----|---|--|--|
| 5.                                  | Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах | 1  |   |  |  |
| 6.                                  | Разучивание народных танцев                         | 1  |   |  |  |
| Итого по разделу                    |   | 6  |   |  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 34 | 0 |  |  |