

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Суходоложская школа, реализующая адаптированные основные общеобразовательные
программы»
(ГБОУ СО «Суходоложская школа»)

**Рабочая программа
коррекционного курса
«Ритмика»
1 – 4 классы**

Составитель:
Сабитова Оксана Михайловна,
учитель

г. Сухой Лог.

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Содержание коррекционного курса.....	4
Календарно – тематическое планирование	
1 класс.....	6
1(дополнительный) класс.....	7
2 класс.....	8
3 класс.....	10
4 класс.....	12
Планируемые результаты освоения коррекционного курса	14
Формы контроля и оценки результатов	15
Материально – техническое обеспечение	15

Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционно – развивающего курса «Ритмика» разработана на основе требований к результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования обучающихся с ЗПР (РАС, ТНР) ФГОС НОО ОВЗ и адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ФГОС УО (ИН), с учетом программ, включенных в ее структуру.

Программа отражает содержание внеурочной деятельности «Ритмика», с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ОВЗ, которые учитываются в распределении учебного содержания и в календарно – тематическом планировании.

Цель коррекционной работы: развитие двигательной активности обучающегося с ОВЗ в процессе восприятия музыки.

Реализация данной цели связана с решением следующих **задач:**

- развивать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;
- развивать выразительность движений и чувство ритма;
- учить различным формам движений через выполнение их под музыку (ходьба, бег, танцевальные упражнения и др.); музыкально-ритмической деятельности в разных ее видах (ритмическая гимнастика, танец);
- корригировать недостатки двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- формировать навыки здорового образа жизни и укрепление здоровья;
- эстетическое и эмоциональное развитие обучающихся с ЗПР через приобщение к музыке и танцам.

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» традиционно включается в содержание образования обучающихся с ОВЗ. Он является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корригируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности, усваивают ритм и пр. Благодаря этому развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании системы произвольной регуляции: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты (последовательность движений). Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается 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.

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.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и

навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение. Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с ЗПР.

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» рассчитана на 33 часа в год – 1, 1 (дополнительный) классы, 34 часа в год - 2,3,4 классы (1 ч в неделю). Продолжительность занятий в 1 и 1 (дополнительном) классе 35 минут в 1 и 2 четверти, 40 минут в 3-4 четверти, во 2 – 4 классах – 40 минут. Курс реализуется во внеурочное время.

Форма организации занятий – групповая.

Основные виды деятельности, которые реализуются на занятиях ритмикой являются: игры под музыку, ритмико-гимнастические движения, танцевальные движения, восприятие музыки (определение ее характер, темпа, плавности), общеразвивающие движения.

Содержание коррекционно-развивающего курса

Ключевая тема коррекционно – развивающего курса	Воспитательный и развивающий потенциал ключевой темы
Музыка и движения (основные упражнения и основные упражнения в парах)	«Музыка и движение» (основные упражнения) 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.), обучающиеся обучаются слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп, овладевают элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками, прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков, упражняются поочередно и одновременно сжимать в кулак и разжимать пальцы рук с изменением темпа музыки. Осваивают упражнения в парах: разбиться на пары и построиться назад в шеренги; ритмико-гимнастические движения под музыку: выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др. 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. 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.
Движения и речь	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.
Музыка и танец	Овладение танцевальными движениями и разучивание элементарных танцев и плясок. Обучаются слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп, создавать музыкально-двигательный образ, выработка координированных движений. Привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. Приобретение навыков

		<p>организованных действий, дисциплинированности, вежливого обращения друг с другом. Воспринимать и оценивать характер музыка (веселая, грустная), развитие способности определять содержание музыкального образа. Поддержание физического и психологического здоровья обучающихся.</p>
Ритмико гимнастические упражнения	–	<p>Выполнение гимнастических упражнений под музыкальное сопровождение. Осознание положительного влияния на здоровье ведения спортивного образа жизни. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.</p> <p><i>Упражнения на координацию движений.</i> Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; проводить движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.</p> <p><i>Упражнение на расслабление мышц.</i> Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).</p>
Игры под музыку		<p>Способность выполнять игровые упражнения с предметами и без них. Соблюдение требований безопасности.</p>
Упражнения ориентировку в пространстве	на в	<p>Выработка правил поведения, для равноправного преодоления конфликтов. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.</p>
Народные пляски и современные танцевальные движения		<p>Способность запомнить и самостоятельно выполнить технику танцевальных упражнений. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах.</p>

	Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Внеурочная деятельность представлена групповыми занятиями.
Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Выполнение ритмических упражнений с музыкальными инструментами. Соблюдение норм поведения во время занятий. Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

Календарно – тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Тема /раздел	К-во часов	Дата	ЭОР
1 четверть (8 часов)				
Общеразвивающие упражнения – каждое занятие.				
1	Выполнение организационных упражнений (входить в зал под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне).	1		Музыкальное сопровождение.
2	Выполнение организационных упражнений (построение в шеренгу, колонну, движения по залу в разных направлениях).	1		
3	Выполнение упражнений, для соотношения темпа движений с темпом музыкального произведения (медленно быстро).	1		
4	Ориентировка в направлении движения вперед, назад.	1		
5	Ориентировка в направлении движения налево, направо.	1		
6	Перестроение в круг из шеренги. Ходьба имитационная.	1		
7	Прохлопывание и притопывание простых ритмических рисунков.	1		
8	Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку (подпрыгнуть, когда услышишь...).	1		
2 четверть (8 часов)				
9	Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений. Игры под музыку.	2		Музыкальное сопровождение.
10	Ходьба в шеренге с речевками (разучивание речевок).	1		
11	Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку.	2		

12	Ходьба и перестроения под речевки. Игры под музыку.	2		
13	Построения и перестроения под речевки или музыку.	1		
3 четверть (9 часов)				
14	Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений под речевки или музыку. Игры под музыку.	1		Музыкальное сопровождение.
15	Игры под музыку с разбивкой на пары.	1		
16	Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги.	2		
17	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку.	1		
18	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга с речевками или под музыку.	1		
19	Разучивание танцевальных движений к танцу «Приглашение».	2		
20	Исполнение танца «Приглашение».	1		
4 четверть (8 часов)				
21	Изучение простого хороводного шага в русской пляске (шага на всей ступне на месте и с продвижением вперед).	1		Музыкальное сопровождение.
22	Изучение притопов одной ногой и поочередно («Русская пляска»).	1		
23	Изучение элементов танца «Русская пляска» (выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку).	2		
24	Исполнение танца «Русская пляска».	1		
25	Изучение элементов танца «Галоп в парах» (боковой галоп-движение парами).	1		
26	Боковой галоп в сочетании с притопом движения парами («Галоп в парах»).	1		
27	Исполнение танца «Галоп в парах».	1		

Календарно – тематическое планирование 1 (дополнительный) класс

№ п/п	Тема /раздел	К-во часов	Дата	ЭОР
1 четверть (8 часов)				
Общеразвивающие упражнения – каждое занятие.				
1	Выполнение организационных упражнений (входить в зал под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне).	1		Музыкальное сопровождение.
2	Выполнение организационных упражнений (построение в шеренгу, колонну, движения по залу в разных направлениях).	1		
3	Выполнение упражнений, для соотношения темпа движений с темпом музыкального произведения (медленно быстро).	1		
4	Ориентировка в направлении движения вперед, назад.	1		

5	Ориентировка в направлении движения налево, направо.	1		
6	Перестроение в круг из шеренги. Ходьба имитационная.	1		
7	Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков.	1		
8	Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку (подпрыгнуть, когда услышишь...).	1		
2 четверть (8 часов)				
9	Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений. Игры под музыку.	2		Музыкальное сопровождение.
10	Ходьба в шеренге с речевками (разучивание речевок).	1		
11	Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку.	2		
12	Ходьба и перестроения под речевки. Игры под музыку.	2		
13	Построения и перестроения под речевки или музыку.	1		
3 четверть (9 часов)				
14	Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений под речевки или музыку. Игры под музыку.	1		Музыкальное сопровождение.
15	Игры под музыку с разбивкой на пары.	1		
16	Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги.	2		
17	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку.	1		
18	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга с речевками или под музыку.	1		
19	Разучивание танцевальных движений к танцу «Приглашение».	2		
20	Исполнение танца «Приглашение».	1		
4 четверть (8 часов)				
21	Изучение простого хороводного шага в русской пляске (шага на всей ступне на месте и с продвижением вперед).	1		Музыкальное сопровождение.
22	Изучение притопов одной ногой и поочередно («Русская пляска»).	1		
23	Изучение элементов танца «Русская пляска» (выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку).	2		
24	Исполнение танца «Русская пляска».	1		
25	Изучение элементов танца «Галоп в парах» (боковой галоп-движение парами).	1		
26	Боковой галоп в сочетании с притопом движения парами («Галоп в парах»).	1		
27	Исполнение танца «Галоп в парах».	1		
				Всего: 33 часа.

Календарно – тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Тема /раздел	К-во часов	Дата	ЭОР
1 четверть (8 часов)				
Общеразвивающие упражнения – каждое занятие.				
1	Выполнение организационных упражнений (входить в зал под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне).	1		Музыкальное сопровождение.
2	Упражнения, практические задания на развитие координации.	1		
3	Основные танцевальные правила. Постановка корпуса.	1		
4	Движения по линии танца. Перестроения для танцев.	2		
5	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения).	1		
6	Музыкально-ритмические игры “Я и мир вокруг нас”, “Шаг”, “Волк и заяц”.	1		
7	Позиции рук. Основные правила.	1		
2 четверть (8 часов)				
8	Позиции ног. Основные правила.	1		Музыкальное сопровождение.
9	Упражнения, практические задания на отработку основных танцевальных правил и позиций.	2		
10	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Музыкально-ритмическая игра “Коршун и курица”.	1		
11	Упражнения на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнения на укрепление мышц брюшного пояса.	1		
12	Упражнения на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнения на улучшение гибкости позвоночника.	1		
13	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	1		
14	Урок-игра «Ловушка», «Выйди из круга» (с мячом).	1		
3 четверть (9 часов)				
15	Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений под речевки или музыку. Игры под музыку.	1		Музыкальное сопровождение.
16	Игры под музыку с разбивкой на пары.	1		
17	Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги.	2		
18	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку.	1		

19	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга с речевками или под музыку.	1		
20	Разучивание танцевальных движений к танцу «Приглашение».	2		
21	Исполнение танца «Приглашение».	1		
4 четверть (8 часов)				
22	Изучение простого хороводного шага в русской пляске (шага на всей ступне на месте и с продвижением вперед).	1		Музыкальное сопровождение.
23	Изучение притопов одной ногой и поочередно («Русская пляска»).	1		
24	Изучение элементов танца «Русская пляска» (выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку).	2		
25	Исполнение танца «Русская пляска».	1		
26	Изучение элементов танца «Галоп в парах» (боковой галоп-движение парами).	1		
27	Боковой галоп в сочетании с притопом движения парами («Галоп в парах»).	1		
28	Исполнение танца «Галоп в парах».	1		
Всего: 33 часа.				

Календарно – тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Тема /раздел	К-во часов	Дата	ЭОР
1 четверть (8 часов)				
Общеразвивающие упражнения – каждое занятие.				
1	Беседы по хореографическому искусству «Что такое ритмика». Выполнение организационных упражнений (входить в зал под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне)	1		Музыкальное сопровождение.
2	Упражнения, практические задания на развитие координации.	1		
3	Основные танцевальные правила. Постановка корпуса.	1		
4	Движения по линии танца. Перестроения для танцев.	2		
5	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения).	1		
6	Музыкально-ритмические игры “Я и мир вокруг нас”, “Шаг”, “Волк и заяц”.	1		
7	Позиции рук. Основные правила.	1		
2 четверть (8 часов)				
8	Позиции ног. Основные правила.	1		Музыкальное сопровождение.
9	Упражнения, практические задания на отработку основных танцевальных правил и позиций.	2		
10	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Музыкально-ритмическая игра “Магазин игрушек”.	1		

11	Упражнения на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнения на укрепление мышц брюшного пояса.	1		
12	Упражнения на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнения на улучшение гибкости позвоночника.	1		
13	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	1		
14	Урок-игра «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).	1		
3 четверть (9 часов)				
15	Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений под речевки или музыку. Игры под музыку.	1		Музыкальное сопровождение.
16	Игры под музыку с разбивкой на пары.	1		
17	Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги.	2		
18	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку.	1		
19	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга с речевками или под музыку.	1		
20	Разучивание танцевальных движений к танцу «Приглашение».	2		
21	Исполнение танца «Приглашение».	1		
4 четверть (8 часов)				
22	Изучение простого хороводного шага в русской пляске (шага на всей ступне на месте и с продвижением вперед).	1		Музыкальное сопровождение.
23	Изучение притопов одной ногой и поочередно («Русская пляска»).	1		
24	Изучение элементов танца «Русская пляска» (выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку).	2		
25	Исполнение танца «Русская пляска».	1		
26	Изучение элементов танца «Галоп в парах» (боковой галоп-движение парами).	1		
27	Боковой галоп в сочетании с притопом движения парами («Галоп в парах»).	1		
28	Исполнение танца «Галоп в парах».	1		
Всего: 33 часа.				

Календарно – тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Тема /раздел	К-во часов	Дата	ЭОР
1 четверть (8 часов)				
Общеразвивающие упражнения – каждое занятие.				
1	Беседы по хореографическому искусству «Что такое ритмика». Выполнение организационных упражнений (входить в зал под музыку, приветствовать учителя,	1		Музыкальное сопровождение.

	занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне).			
2	Упражнения, практические задания на развитие координации.	1		
3	Основные танцевальные правила. Постановка корпуса.	1		
4	Движения по линии танца. Перестроения для танцев.	2		
5	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения).	1		
6	Музыкально-ритмические игры “Я и мир вокруг нас”, “Шаг”, “Волк и заяц”.	1		
7	Позиции рук. Основные правила.	1		
2 четверть (8 часов)				
8	Позиции ног. Основные правила.	1		Музыкальное сопровождение.
9	Упражнения, практические задания на отработку основных танцевальных правил и позиций.	2		
10	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Музыкально-ритмическая игра “Коршун и курица”.	1		
11	Упражнения на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнения на укрепление мышц брюшного пояса.	1		
12	Упражнения на отработку основных танцевальных правил и позиций, упражнения на улучшение гибкости позвоночника.	1		
13	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	1		
14	Урок-игра «Ловушка», «Выйди из круга» (с мячом).	1		
3 четверть (9 часов)				
15	Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений под речевки или музыку. Игры под музыку.	1		Музыкальное сопровождение.
16	Игры под музыку с разбивкой на пары	1		
17	Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги.	2		
18	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку.	1		
19	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга с речевками или под музыку.	1		
20	Разучивание танцевальных движений к танцу «Приглашение».	2		
21	Исполнение танца «Приглашение».	1		
4 четверть (8 часов)				
22	Изучение простого хороводного шага в русской пляске (шага на всей ступне на месте и с продвижением вперед).	1		Музыкальное сопровождение.
23	Изучение притопов одной ногой и поочередно («Русская пляска»).	1		
24	Изучение элементов танца «Русская пляска» (выставление ноги на пятку; с полуприседанием и	2		

	перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку).			
25	Исполнение танца «Русская пляска»	1		
26	Изучение элементов танца «Галоп в парах» (боковой галоп-движение парами)	1		
27	Боковой галоп в сочетании с притопом движения парами («Галоп в парах»).	1		
28	Исполнение танца «Галоп в парах».	1		
Всего: 33 часа.				

Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий ритмикой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

1, 1 (дополнительный класс)

- умение различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
- умение соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
- совершенствование координационных движений (быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласованность действий рук, ног, туловища и др.);
- умение выполнять простейшие построения и перестроения;
- умение ходить в шеренге и разными видами шага;
- овладение простейшими элементами танца;

- умение выразительно передавать различные игровые образы, придумывать варианты образных движений в играх;
- появление возможности выполнять танцевальные движения под музыку с одновременным использованием музыкальных инструментов или декламацией стихов и песен (появление «тройных» связей).

2 класс

- соблюдать требования к занятиям ритмикой, знать, что можно делать и что - нельзя;
- определять характер, темп и плавность музыки;
- играть в игры под музыку; - прохлопать простой ритмический рисунок;
- ориентироваться в направлении движения (вперед, назад, вправо, влево);
- построениям (в колонну, цепочку, круг) и перестроениям (в шеренги, в круг из шеренги и обратно);
- ходьба, бег, маршировка, прыжки, поскоки под разную музыку;
- передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- держать "линию танца"; - выполнять перекрестные движения рук и ног при выполнении ритмо-гимнастических упражнений и танцевальных комплексов;
- выполнять основные ритмо-гимнастические упражнения под музыку и с тем же темпом и ритмом после ее окончания;
- выполнять ритмо-гимнастические упражнения и танцевальные движения по показу взрослого, по опорным сигналам;
- выполнять отдельные танцевальные шаги (приставной, переменный, галоп и другие);
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- ускорять и замедлять танцевальные движения в соответствии с темпом музыки;
- выполнять такие танцевальные движения как покачивание, пружинные движения, кружение, поскоки, махи ногами и т.д.

3 – 4 классы

- соблюдать требования к занятиям ритмикой, знать правила поведения на занятиях, а также в малых группах и в парах;
- определять характер, темп и плавность у изменяющейся музыки;
- прохлопать предложенный ритмический рисунок и использовать это умение в танцах, передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- построениям (в колонну по диагонали, шеренгу, цепочку, круг, пары) и перестроениям (в шеренги, в круг из шеренги и обратно, из колонны в пары и обратно);
- ходьба, бег, маршировка, прыжки, поскоки под изменяющуюся музыку;
- отражать в ритмо-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику изменяющейся музыки;
- ставить ноги в соответствующую позицию из пяти по словесной инструкции;
- ставить руки в соответствующую позицию (подготовительную, первую, вторую, третью) по словесной инструкции;
- держать "линию танца";
- выполнять синхронные ритмо-гимнастические и танцевальные движения в парах;
- выполнять ритмо-гимнастические упражнения и танцевальные движения не только по показу взрослого, по опорным сигналам, но и по простым словесным инструкциям;
- выполнять имитационные движения (отдельные и в миниатюрах);
- выполнять отдельные танцевальные шаги (приставной, галоп, полька, русский переменный с припаданием), в том числе хороводные;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- выполнять различные танцевальные движения индивидуально под музыку; - выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (ложки, бубен, погремушка, барабан и т.д.);
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- выполнять движения и одновременно декламировать стихи и известные детские песни под музыку;

- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держать осанку, улыбаться, быстро восстанавливать рисунок танца при ошибках, организованно выходить на поклон и т.д.).

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей коррекционно-развивающего курса «Ритмика».

Оценка качества реализации программы коррекционно – развивающего курса «Ритмика» включает в себя текущий контроль:

Активность на занятии:

отлично - обучающийся с ЗПР активен на занятии, ему нравится выполнение предложенных упражнений, переживает положительные эмоции, распространяет их на окружающих детей в процессе групповой работы, не обнаруживается ярких признаков усталости;

хорошо - в начале занятия активен, но к его окончанию появляются признаки усталости, которые снижают проявление положительных эмоций;

удовлетворительно - активность на занятии умеренная, эмоции преимущественно нейтральные, признаки выраженной усталости обнаруживаются к концу занятия.

неудовлетворительно - активность на занятии недостаточная, утомляемость наступает быстро, она дезорганизует деятельность, может проявлять негативные эмоции в процессе занятия.

Правильность выполнения предлагаемых упражнений и танцевальных композиций

отлично - выполняет упражнения правильно по словесной инструкции, но требуется повторения и уточнения;

хорошо - выполняет упражнение правильно по показу и по словесной инструкции одновременно, только по словесной инструкции затрудняется.

удовлетворительно - выполняет упражнение правильно по показу и личному объяснению взрослого;

неудовлетворительно - затрудняется выполнять упражнения по показу взрослого в группе, может только при индивидуальной работе.

Согласование движений с музыкой:

отлично - согласовывает свои движения с мелодией, темпом, ритмом музыки, гармонично выполняет упражнения, ошибки допускает редко;

хорошо - согласовывает свои движения с мелодией, темпом, ритмом музыки, гармонично выполняет упражнения, но допускает 1-2 ошибки (сбивается иногда с ритма, раньше начинает выполнять упражнение, чем зазвучит музыка, заканчивает упражнение раньше, чем закончит звучать музыка);

удовлетворительно - недостаточно согласовывает свои движения с мелодией, темпом, ритмом музыки, допускает больше 2 ошибок, даже в коротких по времени упражнениях;

неудовлетворительно - не согласовывает свои движения с музыкой, выполняет их, механически не ориентируясь на мелодию, темп, ритм музыки.

Согласование движений, музыки, слова

отлично - может согласовать движения, музыку и слово, ошибки единичны;

хорошо - может согласовать движения, музыку и слово, но только в очень коротких упражнениях, ошибки единичны;

удовлетворительно - испытывает трудности согласования движения, музыки и слова, ошибки многочисленны, повторения не приводят к успеху, быстро наступает утомляемость;

неудовлетворительно - не может согласовать движения, музыку и слово, такие упражнения не доступны.

Рубежный контроль - успешность выступления на отчетных концертах, праздниках, показательных выступлениях.

Материально – техническое обеспечение.

Проведение занятий Ритмика возможно в спортивном зале школы.

Перечень оборудования и необходимых технических средств обучения, используемых в образовательном процессе:

- Ноутбук.
- Колонки.
- Гимнастическая стенка.
- Гимнастическое бревно.
- Гимнастическая скамейка.
- Гимнастические маты.
- Гимнастические коврики.
- Гимнастическая перекладина.
- Гимнастические палки.
- Гимнастические мячи.
- Гимнастические обручи.
- Волейбольный мяч.
- Диск: «Здоровье»
- Массажные доски.
- Скакалки.
- Набивные мешочки.
- Набивные мячи.
- Кегли.
- Колецеброс.
- Канат.
- Дуги для пролезания.
- Эспандеры.

Учебно-методическое и информационное обеспечение

1. Аранская О. С. Игра как средство формирования здорового образа жизни. -2002. -№5. -с.54.
2. Лях В. И. «Физическая культура 1-4 класс».
3. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
4. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования. -М.: 2004.
5. Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.
6. Дереклеева,Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО 2007 г. - / Мастерская учителя.

Интернет – ресурсы:

1. <http://www.4stupeni.ru>
2. <http://www.uroki.net/docnach.htm>
3. <http://nsc.1september.ru/>
4. http://www.nachalka.com/ikt_23
5. <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/05/24/fgos-na-urokakh-fizkultury-v-nachalnoy-shkole>