


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Краснощековская средняя общеобразовательная школа №1»  
Краснощековского района Алтайского края**

<p align="center">«Рассмотрено» на ППк протокол №2  от 30.08.2021</p>	<p align="center">«Согласовано» с родителями (законными представителями)</p> <hr/>	<p align="center">«Утверждаю» Директор МБОУ «Краснощековская СОШ №1» / М.П. Мозговая Приказ № 118 от 30.08.2021</p> 
---	--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

коррекционно-развивающего курса 1-4 класса

**«Ритмика»**

к адаптированной основной общеобразовательной программе образования  
обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2..) МБОУ  
«Краснощековская СОШ №1»

2021-2022 учебный год

Составитель:  
Аносова О.Н.  
учитель физкультуры  
высшей квалификационной категории

С. Краснощеково

2021г.

## 2. Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» 1-4 класс разработана на основе:

- основной образовательной программы основного начального общего образования МБОУ «Краснощёковская СОШ №1»;
- авторской программы под редакцией Р. Д. Тригер. (Издательство М.: Парадигма)
- годового календарного учебного графика на 2019 – 2020 учебный год.;
- учебного плана МБОУ «Краснощёковская СОШ №1» на 2019 – 2020 учебный год.

Количество часов, отводимых на изучение учебного предмета - 1 час в неделю, всего в 1 классе – 33ч, во 2 классе — 35ч, в 3 классе — 35ч, в 4 классе — 35ч по авторской программе, по рабочей программе в 1 классе – 33ч, во 2 классе — 35ч, в 3 классе — 35ч, в 4 классе — 35ч в связи с тем, что в 1 классе 33 рабочие недели, во 2 – 4 классах 35 учебных недель.

### Распределение количества часов:

#### 1 класс

	Количество часов
1 четверть	
2 четверть	
3 четверть	
4 четверть	
Всего за год	
Всего по рабочей программе/авторской программе	

#### 2 класс

	Количество часов
1 четверть	
2 четверть	
3 четверть	
4 четверть	
Всего за год	
Всего по рабочей программе/авторской программе	

### 3 класс

	Количество часов
1 четверть	9
2 четверть	7
3 четверть	11
4 четверть	8
Всего за год	35
Всего по рабочей программе/авторской программе	35/35

### 4класс

	Количество часов
1 четверть	9
2 четверть	7
3 четверть	11
4 четверть	8
Всего за год	105
Всего по рабочей программе/авторской программе	35/35

### **3. Планируемые результаты изучения коррекционного курса «Ритмика»**

В общей системе коррекционно-развивающей работы курс «Ритмика» позволяет проконтролировать наличие позитивных изменений по следующим параметрам: совершенствование двигательных умений и навыков, развитие эмоционально-волевой и познавательной сфер.

#### **В области формирования двигательных умений и навыков:**

- 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);

– владение техникой элементарной мышечной релаксации.

**В области развития эмоционально-личностной сферы и коррекции ее недостатков:**

– проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и участии в публичных выступлениях (концерты и праздники);

– умение выполнять задания взрослого и не подводить своих одноклассников, действовать в группе слаженно и сообща;

– умение управлять своими эмоциями в процессе взаимодействия со сверстниками; – умение быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

**В области коррекции недостатков развития познавательной сферы и формирования высших психических функций:**

– расширение сферы жизненной компетенции за счет совершенствования ориентировки в пространстве, расширение знаний о танцах и танцевальных шагах, умения регулировать свое поведение на занятиях, концертах и праздниках;

– умение действовать по показу и по речевой инструкции при выполнении упражнений;

– умение контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них;

– умение анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное время под руководством взрослого и самостоятельно;

– умение адекватно оценивать собственные физические и творческие возможности;

– овладение индивидуальными комплексами упражнений лечебной и корригирующей гимнастики;

– умение оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями

#### **4. Содержание учебного предмета**

## Распределение учебного времени на виды программного материала

№	Вид программного обеспечения	Количество часов (уроков)			
		классы			
		I	II	III	IV
1.	Ритмико-гимнастические упражнения	9	7	8	7
2.	Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами	5	3	3	3
3.	Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку	7	7	7	7
4.	Народные пляски и современные танцевальные движения	12	18	17	18
	<b>Итого в год</b>	<b>33</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>35</b>

### Тематическое планирование

#### 1 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения(9ч)</b>	
1	Основные движения под музыку 2/4, 4/4. Ходьба, прыжки, подскоки.	1
2	Движение под музыку в различном темпе	1
3	Определение начала и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.	1
4	Передача в движении характера музыки, темпа, силы звучания строевым, мягким шагом, ходьбой на пятках, носках.	1
5	Выполнение упражнений с предметами (обручем, мячом) под музыку.	1
6	Отражение в движении различного характера, темпа, динамики музыки.	1
7	Прыжки под музыку на месте и с продвижением вперед	1
8	Бросание, подбрасывание, ловля, катание, передача мяча	1
9	Выполнение общеразвивающих упражнений с мячом под музыку	1
	<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами(5ч)</b>	
10	Знакомство со звучащими инструментами: бубен, ложки, погремушки	1
11	Передача сильных и слабых долей на инструменте	1
12	Повторение ритмического рисунка отстукиванием	1
13	Повторение ритмического рисунка на инструменте	1
14	Знакомство со звучащими инструментами: бубен, ложки, погремушки	1
	<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (7ч)</b>	
15	Различные формы движений (взмах, прыжки) под музыку	1
16	Движение связности и плавности под музыку	1
17	Подражательные движения	1
18	Импровизация движений под музыку	1

19	Игры под музыку	1
20	Эстафеты с мячами, обручами, скакалками	1
21	Игры с пением	1
	<b>Народные пляски и современные танцевальные движения (12ч)</b>	
22	Знакомство с элементами танца: простой(мягкий) шаг, перекаточный шаг, шаг с высоким подниманием бедра	1
23	Мягкий бег, острый бег (с высоким подниманием бедра), пружинный бег	1
24	Пружинный шаг, скользящий шаг. Полуприседание	1
25	Шаг «носик-пятка». Подскок	1
26	Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед-назад	1
27	Повороты кистей. Плавное поднимание и опускание рук вперед, вверх, в сторону.	1
28	Бег на полупальцах. Притопы одной ногой с хлопками. Разучивание танца	1
29	Кружения: через правое плечо, парами на месте и на ходу. Разучивание танца	1
30	Приставной и переменные шаги вперед, в сторону, назад. Разучивание танца	1
31	Разучивание шагов галопа. Разучивание танца	1
32	Русский переменный шаг. Разучивание танца	1
33	Исполнение танца	1
	<b>Итого</b>	<b>33</b>

## 2 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения(7ч)</b>	
1	Совершенствование навыка основных движений под музыку 2/4, 4/4. Ходьба, прыжки, подскоки.	1
2	Изменение темпа и характера движения.	1
3	Координация движений рук и ног на внимание.	1
4	Ходьба и бег в колонне парами с соблюдением дистанции.	1
5	Изменение направления движения с изменением мелодии.	1
6-7	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.	2
	<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (3ч)</b>	
8	Передача слабых и сильных долей в музыкальном произведении.	1
9	Повторение заданного ритмического рисунка.	1
10	Использование нескольких музыкальных инструментов.	1
	<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (7ч)</b>	
11	Различные формы движений (взмах, прыжки) под музыку.	1
12	Движение связности и плавности под музыку.	1
13	Игры под музыку.	1
14	Инсценирование доступных песен.	1
15	Подражательные движения.	1
16	Упражнения в двухголосном каноне.	1
17	Продолжение упражнений.	1

<b>Народные пляски и современные танцевальные движения (18ч)</b>		
18	Танцевальные движения, изученные в 1 кл.	1
19	Закрепление танцевальных движений, изученных в 1 кл.	1
20	Мягкий бег.	1
21	Острый бег, с высоким подниманием бедер.	1
22	Пружинный шаг.	1
23	Полуприседание. Пружинный бег.	1
24	Шаг «носик» пятка.	1
25	Скользящий шаг.	1
26	Подскок.	1
27	Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед -назад.	1
28	Повороты кистей. Плавное поднимание и опускание рук вперед, вверх, в сторону.	1
29	Шаги польки «вперед».	1
30	Разучивание танца «Полька».	1
31-32	Отработка танца «Полька».	2
33	Основные шаги танца «Кадриль».	1
34	Круговые пляски.	1
35	Показательный урок по изученному во 2 классе.	1
	<b>Итого</b>	<b>35</b>

### 3 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения (8ч)</b>	<b>1</b>
1	Основные движения под музыку 3/4. Ходьба, прыжки, подскоки	1
2	Изменение темпа и характера движения.	1
3	Координация движений рук и ног на внимание.	1
4	Ходьба и бег с перестроениями на ходу, с изменением темпа движения.	1
5	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений с предметами и без них.	1
6	Выполнение упражнений с мячом под музыку: бросание, катание, передача.	1
7	Выполнение упражнений со скакалкой под музыку.	1
	<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами(3ч).</b>	
8	Повторение заданного ритмического рисунка на погремушках, ложках, бубне.	1
9	Передача сильных и слабых долей в произведениях с использованием	1
10	Исполнение простых произведений на ложках, погремушках, металлофоне.	1
	<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку(7ч).</b>	
11	Свободные движения под музыку различного характера.	1
12	Акценты и паузы в движении и их использование.	1
13	Игры под музыку, игры с пением	1
14	Инсценирование русских народных песен.	1
15	Подражательные движения.	1

16	Упражнения в отсроченном движении под музыку двухголосного канона.	1
17	Упражнения в отсроченном движении под музыку трёхголосного канона.	1
<b>Народные пляски и современные танцевальные движения(17ч).</b>		
18	Танцевальные движения, изученные во 2 классе.	1
19	Закрепление танцевальных движений, изученных во 2 классе.	1
20	Простые танцевальные движения: простой шаг, бег на полупальцах, притопы.	1
21	Танцевальные движения: подскоки, кружения.	1
22	Приставной и переменный шаг вперёд, в сторону, назад.	1
23	Шаг вальса прямой и с поворотом.	1
24	Выполнение танцевальных движений парами.	1
25	Выполнение движений с выставлением ноги на пятку вперед –в сторону.	1
26	Поочерёдное выставление ноги на носок и на пятку.	1
27	Разучивание элементов русских народных танцев.	1
28	Знакомство с новыми элементами танца и движениями: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	1
29	Знакомство с новыми элементами танца и движениями: ковырялочка.	1
30	Разнообразные сочетания отработанных шагов с движениями рук и хлопков.	1
31	Основные шаги танца «Кадриль».	1
32	Разучивание танца «Кадриль».	1
33-34	Отработка танца «Кадриль».	2
35	Показательный урок по изученному в 3 классе.	1
	<b>Итого</b>	<b>35</b>

#### 4 класс

№ № п/п	Тема урока	Ко личество о часов
<b>Ритмико-гимнастические упражнения (7ч)</b>		
1	Совершенствование навыка основных движений под музыку 2/4, 4/4, 3/4. Ходьба, прыжки, подскоки.	1
2	Совершенствование движений под музыку со сменой метроритма.	1
3	Ходьба и бег под музыку с перестроениями на ходу, с изменением темпа движения.	1
4	Отражение хлопками и притопами ритмического рисунка и мелодии	1
5	Исполнение в беге, при ходьбе или поскоках несложных ритмических рисунков.	1
6	Выполнение упражнений с мячом под музыку: бросание, катание, передача.	1
7	Выполнение упражнений со скакалкой под музыку на месте и с продвижением.	1
<b>Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (3ч)</b>		
8	Повторение заданного ритмического рисунка на инструментах. Передача ритмов знакомых песен.	1



9	Передача сильных и слабых долей в произведениях с использованием инструментов.	1
10	Исполнение простых произведений на ложках, погремушках, металлофоне.	1
	<b>Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (7ч)</b>	
11	Совершенствование свободных и естественных движений под музыку разного характера.	1
12	Акценты в движении и их использование.	1
13	Игры под музыку, игры с пением.	1
14	Инсценирование русских народных песен.	1
15	Сценическое изображение сказки.	1
16	Упражнения в отсроченном движении под музыку двухголосного канона.	1
17	Упражнения в отсроченном движении под музыку трёхголосного канона.	1
	<b>Народные пляски и современные танцевальные движения (18ч)</b>	
18	Танцевальные движения, изученные в 3 классе.	1
19	Закрепление танцевальных движений, изученных в 3 классе.	1
20	Простые танцевальные движения: простой шаг, бег на полупальцах, притопы.	1
21	Танцевальные движения: подскоки, кружения.	1
22	Приставной и переменный шаг вперёд, в сторону, назад.	1
23	Разучивание элементов вальса. Шаг вальса прямой.	1
24	Разучивание элементов вальса. Шаг вальса с поворотом.	1
25	Шаг вальса прямой и с поворотом.	1
26	Выполнение изученных танцевальных движений парами.	1
27	Разучивание танца «Вальс».	1
28	Отработка танца «Вальс».	1
29	Разучивание элементов танца «Диско».	1
30	Шаги с хлопками и поворотами под музыку и счёт.	1
31	Закрепление изученных элементов танцевальных движений.	1
32-33	Разучивание танца «Диско».	1
34	Отработка танца «Диско».	2
35	Показательный урок по изученному в 4 классе.	1
	<b>Итого</b>	<b>35</b>

## 6. Учебно-методический комплект

Учебник	Методическое пособие	Контрольно-измерительные материалы

