



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 24»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА БРАТСКА

РАССМОТРЕНО  
ШМО учителей начальных  
классов Руководитель  
 Гребенщикова О.В.  
Протокол № 1  
от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Методическим советом  
Зам. директора по УВР  
 Прохорова Н.В.  
Протокол № 1  
от "29" августа 2023 г.



Рабочая программа  
внеурочной деятельности коррекционного курса  
для обучающихся с задержкой психического развития (ЗПР)  
«Ритмика»  
1-4 класс

*Направление «Спортивно-оздоровительное»*

Снигур Алина Васильевна,  
учитель физического воспитания

Братск, 2023

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для обучающейся с ОВЗ разработана на основе требований к результатам АООП НОО для обучающихся с ЗПР МБОУ «СОШ № 24».

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» рассчитана на 135 часов: 1 класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа (1 час в неделю).

## II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В результате изучения коррекционного курса обучающиеся овладеет:

- умением различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
- умением 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.);
- умением выполнять простейшие построения и перестроения;
- умением ходить в шеренге и разными видами шага;
- овладеет простейшими элементами танца;
- умением выразительно передавать различные игровые образы, придумывать варианты образных движений в играх;
- выполнять танцевальные движения под музыку с одновременным использованием музыкальных инструментов или декламацией стихов и песен (появление «тройных» связей);
- техникой элементарной мышечной релаксации;
- умением выполнять задания взрослого и не подводить своих одноклассников, действовать в группе слаженно и сообща;
- умением управлять своими эмоциями в процессе взаимодействия со сверстниками;
- умением быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность;
- расширит сферы жизненной компетенции за счет совершенствования ориентировки в пространстве, знания о танцах и танцевальных шагах, умении регулировать свое поведение на занятиях, концертах и праздниках;
- умением действовать по показу и по речевой инструкции при выполнении упражнений;
- умением контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них;
- умением анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное время под руководством взрослого и самостоятельно;
- умением адекватно оценивать собственные физические и творческие возможности;
- умением оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

## III. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

№	Содержание (разделы, темы)	Формы организации занятий	Основные виды деятельности
1.	танцевальные упражнения	Индивидуальная	(выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев).

2.	игры под музыку	Индивидуальная	(музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);
3.	восприятие музыки		(определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного,(полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);
4.	упражнения на ориентировку в пространстве	Индивидуальная	(простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);
5.	ритмико-гимнастические упражнения	Индивидуальная	(общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
6.	упражнения с детскими музыкальными инструментами	Индивидуальная	(игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, бубен, барабан, треугольник, и др.);

#### IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

##### 1 класс

№ п\п	Дата	Тема	Количество часов
1		Вводное занятие.	1
2		«Похлопаем и потопаем».	1
3		«Построения, перестроения и прыжки»	1
4		«Шаги и разные виды ходьбы».	1
5		«Повторим» (обобщение).	1
6		«Повторим в парах».	1
7		«Повторим в парах».	1
8		«Найди пару».	1
9		«Найди пару».	1
10		«Делаем в парах».	1
11		«Делаем в парах».	1
12		«Танцевальные движения».	1
13		«Танец в парах» (простой).	1
14		«Танцы и пляски».	1
15		«Потанцуем».	1
16		«Потанцуем» (повторение).	1
17		«Потанцуем» (повторение).	1
18		«Музыкальные инструменты».	1
19		«Музыкальные инструменты».	1

20		«Поиграем на музыкальных инструментах и потанцуем».	1
21		«Поиграем на музыкальных инструментах и потанцуем».	1
22		«Поиграем – потанцуем».	1
23		«Потанцуем» (повторение).	1
24		«Построения и перестроения с речевками».	1
25		«Скажем и сделаем» (обобщение).	1
26		«Повторим еще раз»	1
27		«Повторим еще раз»	1
28		«Музыка, стихи и танец»	1
29		«Музыка, стихи и танец»	1
30		«Песня, танец, музыка»	1
31		«Песня, танец, музыка»	1
32		«Концерт»	1
33		«Концерт»	1

### 2 класс

№ п/п	Дата	Тема	Количество часов
1		Вводный	1
2		Разновидности ходьбы	1
3		Танцевальный шаг на полупальцах	1
4		Перестроения	1
5		Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	1
6		Перекачивание, катание, бросание малого мяча под музыку	1
7		Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1
8		Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1
9		Итоговое занятие	1
10		Вводный	1
11		Упражнения на внимание	1
12		Упражнение на расслабление мышц	1
13		Упражнение на координацию движений	1
14		Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1
15		Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
16		Итоговое занятие	1
17		Импровизация движений	1
18		Упражнение в равновесии	1
19		Индивидуальное творчество	1
20		Упражнения с гимнастическими палками	1
21		Упражнения с обручем	1
22		Упражнения для развития ритма	1
23		Упражнение на передачу в движении характера музыки	1
24		Упражнение на умение сочетать движение с музыкой,	1

		упражнения на внимание	
25		Итоговое занятие	1
26		Танцевальные упражнения и движения	1
27		Соединение движения с музыкой	1
28		Русские народные игры	1
29		Упражнение на развитие танцевального творчества	1
30-33		Элементы русских народных плясок	4
34		Итоговое занятие	1

### 3 класс

№ п\п	Дата	Тема	Количество часов
1		Вводный	1
2		Разновидности ходьбы	1
3		Танцевальный шаг на полупальцах	1
4		Перестроения	1
5		Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	1
6		Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	1
7		Упражнения с препятствиями и на координацию движений	1
8		Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1
9		Итоговое занятие	1
10		Вводный	1
11		Упражнения на внимание	1
12		Упражнение на расслабление мышц	1
13		Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	1
14		Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1
15		Упражнение на передачу в движении характера музыки	1
16		Итоговое занятие	1
17		Импровизация движений	1
18		Упражнение в равновесии	1
19		Индивидуальное творчество	1
20		Упражнения с гимнастическими палками и с обручем	1
21		Упражнения для развития ритма	1
22		Упражнения на передачу в движении характера музыки	1
23		Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	1
24		Упражнения на внимание	1
25		Итоговое занятие	1
26		Танцевальные упражнения	1
27		Танцевальные движения	1
28		Соединение движения с музыкой	1
29		Упражнения на развитие танцевального творчества	1
30-		Элементы русских народных плясок	4

33			
34		Итоговое занятие	1

#### 4 класс

№ п\п	Дата	Тема	Количество часов
1		Вводный	1
2		Разновидности ходьбы	1
3		Танцевальный шаг на полупальцах	1
4		Перестроения	1
5		Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	1
6		Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	1
7		Упражнения с препятствиями и на координацию движений	1
8		Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1
9		Итоговое занятие	1
10		Вводный	1
11		Упражнения на внимание	1
12		Упражнение на расслабление мышц	1
13		Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	1
14		Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1
15		Упражнение на передачу в движении характера музыки	1
16		Итоговое занятие	1
17		Импровизация движений	1
18		Упражнение в равновесии	1
19		Индивидуальное творчество	1
20		Упражнения с гимнастическими палками и с обручем	1
21		Упражнения для развития ритма	1
22		Упражнения на передачу в движении характера музыки	1
23		Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	1
24		Упражнения на внимание	1
25		Итоговое занятие	1
26		Танцевальные упражнения	1
27		Танцевальные движения	1
28		Соединение движения с музыкой	1
29		Упражнения на развитие танцевального творчества. Вальс.	1
30-33		Элементы русских народных плясок	4
34		Итоговое занятие	1