

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кольского района Мурманской области
«Кольская средняя общеобразовательная школа»

<p>РАССМОТРЕНО на заседании МО учителей специальных (коррекционных) классов МБОУ «Кольская СОШ» Протокол № <u>01</u> от «<u>28</u>» <u>08</u> 2024г.</p> <p>Руководитель МО <u>АШУ</u> А.Ю. Швед</p>	<p>ПРИНЯТО педагогическим советом МБОУ «Кольская СОШ» Протокол № <u>01</u> от «<u>28</u>» <u>08</u> 2024г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Приказом МБОУ «Кольская СОШ» от «<u>02</u>» <u>09</u> 2024г. № <u>271-о</u></p> <p>Директор О.К. Ярмолич МП</p> 
--	--	---

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Ритмика»**

на 2024/2025 учебный год

Классы: 1-4

(АООП обучающихся с ЗПР, вариант 7.2)

Программа разработана: Османова Н.А., учитель физической культуры, высшая
квалификационная категория

г. Кола

2024

Пояснительная записка

к учебному плану

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кольского района Мурманской области

«Кольская средняя общеобразовательная школа»

на 2024-2025 учебный год

(для обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития)

Учебный план составлен с учетом требований современной жизни общества и тех проблем, которые затрагивают интересы и потребности детей с ограниченными возможностями здоровья. Современное обеспечение адекватных условий обучения и воспитания детей с задержкой психического развития способствует преодолению неуспеваемости учащихся, охране здоровья, профилактике асоциального поведения, коррекции их психических и физических нарушений, регулирует нагрузку учащихся и обеспечивает уровень знаний, умений и навыков, необходимых для успешной социальной адаптации. Учебный план разработан в соответствии с требованиями нормативных документов:

- Законом РФ № 273 от 29.12.2012г. «Об образовании в РФ»;

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (далее – ФГОС начального общего образования);

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Устанавливается следующая продолжительность учебного года:

- **I класс – 33 учебные недели;**

- **II-IV классы – 34 учебных недель.**

Обучение в первых классах осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся с домашними заданиями;

- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

Учебные занятия начинаются согласно по штатному расписанию.

Продолжительность уроков во 1-4 классах - 40 минут.

При организации образовательной деятельности учитываются особенности психофизического развития, индивидуальные возможности и состояние здоровья обучающихся с ЗПР. Учебные занятия в классах, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы для учащихся с задержкой психического развития проводятся в режиме 5-ти дневной учебной недели.

У детей с задержкой психического развития отмечается устойчивая сниженная работоспособность вследствие явлений психомоторной расторможенности и повышенной возбудимости, связанных с нарушениями эмоционально-волевой сферы. Познавательная деятельность характеризуется низким уровнем активности, замедленной переработкой информации. Внимание учащихся неустойчивое, память ограничена в объеме, непрочна. В большей мере развито наглядно-действенное мышление и в меньшей степени наглядно-образное..

Учебный план состоит из двух частей: инвариантной и вариативной. В инвариантной части полностью реализуются государственные общеобразовательные программы. Вариативная часть учебного плана обеспечивает реализацию компонента образовательного учреждения.

Учебный план состоит из нескольких блоков:

1. Общеобразовательные курсы.

2. Коррекционная подготовка

Учебный план обучающихся с задержкой психического развития составлен с учетом решения двух основных задач:

- формирование навыков элементарной грамотности и основных учебных умений и навыков, общения, начальных представлений об отечественной и мировой культуре;
- коррекция задержанного психического развития обучающихся, пробелов в знаниях и представлениях об окружающем мире, характерных для данной категории обучающихся, преодоление недостатков, возникших в результате нарушенного развития, включая недостатки мыслительной деятельности, речи, моторики, пространственной ориентировки, регуляции поведения и др.

Задачи курса «Ритмика»:

1. Формирование всех органов чувств адекватного восприятия явлений и объектов окружающей действительности на основе активизации в совокупности их свойств.
2. Коррекция недостатков познавательной деятельности школьников, путём систематического и целенаправленного воспитания у них полноценного восприятия формы, конструкции, величины, цвета, особых свойств предметов, их положения в пространстве.
3. Исправление недостатков моторики, совершенствование зрительно-двигательной координации.
4. Формирование точности и целенаправленности движений и действий, представлений, координации движений, улучшение осанки детей, формирование культуры общения. Уровень недельной нагрузки на ученика не превышает предельно допустимого.

Рабочие образовательные программы и календарно-тематическое планирование составляются в соответствии с образовательными программами.

Таким образом, данный учебный план учитывает особенности познавательной деятельности детей с задержкой психических процессов. Способствует разностороннему развитию личности учащихся: их умственному развитию, обеспечивает **гражданское, нравственное, эстетическое и физическое** воспитание.

Основными видами контроля являются:

1. Стартовый (предварительный) контроль. Осуществляется в начале учебного года (или перед изучением новых крупных разделов). Носит диагностический характер. Цель стартового контроля: зафиксировать начальный уровень подготовки ученика, имеющиеся у него знания, умения и универсальные учебные действия, связанные с предстоящей деятельностью.
2. Промежуточный, тематический контроль (урока, темы, раздела, курса): проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.
3. Контроль динамики индивидуальных образовательных достижений.
4. Итоговый контроль: предполагает комплексную проверку образовательных результатов (в том числе и метапредметных) в конце полугодия и учебного года.

Формы контроля:

- стартовые диагностические работы на начало учебного года;
- комплексные диагностические работы;
- тематические проверочные работы;
- самоанализ и самооценка;

С учётом этих особенностей целью программы по ритмике является:

- формирование и сохранение правильной осанки ребёнка;
- укрепление мышечного корсета средствами различных танцевальных движений;
- воспитание культуры движения с помощью музыкально-ритмических игр, повышение творческой активности и фантазии учащихся, средствами импровизации движений музыкально-ритмического характера;
- коррекция и развитие психомоторных способностей обучающихся с задержкой психического развития средствами музыкальной, двигательной и игровой деятельности,
- преодоление отклонений в психическом и физическом развитии учащихся.

Задачи программы: Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей организма; Совершенствование жизненно - важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям, музыкально-двигательным навыкам (танцы, импровизации, музыкально –ритмические движения, общеразвивающие упражнения и т.д.) в Формирование общих представлений о музыкально –ритмической культуре, её значении, укреплении здоровья, эстетическом и физическом развитии. Развитие интереса к самостоятельным занятиям музыкально - ритмическими и физическими упражнениями, подвижными и музыкально-ролевыми играми, танцами, музицированием. Обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, музыкально – ритмическими упражнениями, игровой деятельностью, само организованностью. Базовым результатом образования в области ритмической культуры в классах коррекции является развитие личностных качеств

обучающихся формирование у них универсальных способностей (компетенций): -умения организовывать свою деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;-умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении цели;- умение доносить информацию в доступной, эмоционально –яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками.

Место учебного предмета в учебном плане.

На изучение ритмической культуры выделяется 33 ч. – 1 кл., 34ч. – 2-4 кл. (по 1ч. в неделю).

Общая характеристика курса.

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции музыкально –двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов:

- 1.«Ритмико-гимнастические и общеразвивающие упражнения»,
- 2.«Музыкально –ритмические упражнения (с детскими музыкальными звучащими инструментами)»,
- 3.«Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»,
4. «Народные пляски и современные танцы».

На каждом уроке осуществляется работа по всем четырём разделам программы. Однако в зависимости от целей и задач каждого конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению).

1.Ритмико –гимнастические(в дальнейшем РГУ)и общеукрепляющие упражнения(ОРУ)

проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом.

Они включают гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, танцевальные шаги,переноску

предметов. Сюда входят упражнения на укрепление мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, специальные упражнения для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т.д. В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации. К ним относятся шаги и прыжки (ч/з обруч, скакалку), бег между предметами, повороты на пальцах. Статические упражнения можно выполнять с закрытыми глазами, стоя на двух или на одной ноге, можно использовать в заключительной фазе урока, т.к. они способствуют успокоению. В этих упражнениях развивается способность управлять телом, ориентироваться в пространстве, добиваться поставленного результата. Упражнения используются в порядке усложнения и строятся на чередовании различных музыкальных сигналов: (громкого и тихого звучания; чередования темпа (быстрого и медленного); различного по высоте звучания (движение в противоположных направлениях) и т.п. В таких упражнениях развивается быстрота реакции, совершенствуются способности дифференцировок, воспитывается наблюдательность и внимание.

2. Музыкально –ритмические упражнения с детскими музыкальными звучащими инструментами (в дальнейшем МРУ).

В этом разделе работы используются детские музыкальные инструменты –ложки, погремушки, бубны, трещотки, треугольники и т.д.

Большинство упражнений со звучащими инструментами проводятся под счёт. Вначале дети знакомятся с каждым инструментом в отдельности и его возможностями, учатся обращению с инструментами. Они упражняются в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т.д.). Такие упражнения неоднократно повторяются, их сложность постепенно нарастает, навыки обращения с инструментом и чувство ритма постепенно развиваются. Упражнения на детских музыкальных инструментах чрезвычайно полезны для развития чувства ритма, повышают внимание детей, скорость реакции, развивают способность дифференцировок на слух. По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование, создание ансамбля и оркестра. В упражнениях со звучащими инструментами дети активно приобщаются к искусству, учатся выражать себя в нём, участвуют в совместном исполнении произведений. Это является мощным средством эстетического воспитания

школьникови формирования способности активной творческой совместной деятельности. Совместное музицирование повышает внимание учащихся и чувство ответственности перед товарищами за своё участие в общем исполнении.

3. Импровизация движений на музыкальные темы и игры.

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Подобные упражнения повышают творческую активность и фантазию, побуждают учащихся включаться в коллективную деятельность, прилагать совместные усилия к решению задачи и доставляют им особую радость. В этих упражнениях преодолевается скованность учащихся, повышается способность приспосабливать свои действия к имеющимся условиям и ситуациям, возрастает осознание ответственности за свои действия перед остальными учениками. Постепенно с годами дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. В подвижных и ролевых играх учащиеся получают возможность проявить свои творческие способности (перевоплощение в героев игры, сценическое движение, импровизация и т.д.).

4. Народные пляски и современные танцы. Особенно полезны народные пляски и танцы, так как приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, создают положительные эмоции. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения. Работа в этом разделе всегда порождает радость детей, помогает развитию у них эстетического чувства, способствует формированию коллективистских начал во взаимоотношениях, повышает культуру поведения. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы, сюжетные танцы. Овладевая танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение. Вместе с двигательными навыками учащиеся усваивают специальные термины: шаг польки, переменный шаг, шаг галопа, приставной шаг и др. Подготовка к работе по этому разделу может проводиться в любой части урока, когда в занятие включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения. Разученные на уроке танцы могут быть использованы во внеурочной деятельности школьников. Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки. При этом принципиально важным является положение о том, что формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются при занятиях физкультурой и музыкой. На уроках ритмики происходит дальнейшее практическое освоение этих понятий, умений и способов действия в специфической форме музыкально – ритмической деятельности.

Результаты изучения учебного предмета.

Личностные результаты:

Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и трудолюбие и упорство в достижении цели; Оказание помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

Характеристика явления (действий, поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и опыта; Обнаружение ошибок при выполнении задания, отбор способов их исправления. Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования; Анализ и объективная оценка результатов собственного труда; Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека; Оценка красоты осанки и телосложения, сравнение их с эталонным образцом; Управление эмоциями при общении со сверстниками, сдержанность, рассудительность; технически правильное выполнение действий.

Предметные результаты:

планирование занятий ритмическими упражнениями в досуговой деятельности, при организации отдыха; оказание помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения; организация и проведение подвижных, музыкальных и ролевых игр и элементов

танцев; взаимодействие со сверстниками по правилам проведения музыкально –подвижных игр; организации музыкально –исполнительской и танцевальной деятельности; выполнение танцевальных, ритмико-гимнастических и музыкально –исполнительских действий на высоком уровне.

Основные требования к результатам обучения по предмету «Ритмика» к концу

1 класса Учащиеся должны знать:

- термины: громко –тихо, быстро –медленно, характер музыки (бодрый, весёлый, печальный,грустный);
- темп музыки и движения (быстро, медленно, неторопливо);
- названия простых общеразвивающих упражнений;
- названия простых танцевальных шагов (мягкий, приставной, на полупальцах, галоп).

Должны уметь:

- выполнять основные движения и общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку на 2/4 и 4/4;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторить на звучащем инструменте простейший ритмический рисунок;
- выполнять простейшие подражательные движения;
- участвовать в 3-4 плясках.

К концу 2 класса учащиеся знают:

- термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов);
- термины, связанные с различными перестроениями;
- названия различных танцевальных шагов (5-6 названий).

Должны уметь: -начинать и заканчивать движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы;

- обращаться с 3-4 звучащими инструментами в отдельности;
- передавать движением или на инструменте сильную и слабые доли такта;
- свободно двигаться под музыку различного характера;
- участвовать в 3-4 плясках.

К концу 3 класса учащиеся должны знать:

- термины: двухдольный и трёхдольный размер;
- ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон);
- названия новых элементов танца и танцевальных шагов;

Должны уметь:

- использовать поочерёдно несколько звучащих инструментов в произведении;
- подбирать самостоятельно свободные движения под музыку различного характера;
- согласовывать звучание инструментов в ансамбле;
- участвовать в исполнении разученных плясок и танцев.
- отмечать хлопками и другими движениями сильные доли такта;
- ритмично и чётко выполнять гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на $\frac{3}{4}$ и при чередовании размеров в произведении;

К концу 4 класса учащиеся должны знать:

-все изученные термины и названия;

Должны уметь:

- выполнять любые гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку различного характера и темпа;
- отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки;
- передавать на различных звучащих инструментах ритмический рисунок любых знакомых песен, музыкальных пьес;

- участвовать в инсценировке песен, в сценических изображениях музыкальных сказок;
- участвовать в различных композициях движений из разученных плясок и танцев.

Учебно- тематический план.

№	Тема занятия	Колич.часов			
		1кл	2кл	3	4
1.	Ритмико-гимнастические и общеразвивающие упражнения	9	9	9	9
2.	Музыкально –ритмические упражнения (с детскими музыкальными звучащими инструментами)»,	8	8	8	8
3.	Импровизация движений на музыкальные темы и игры.	8	8	8	8
4.	Народные танцы и современные пляски	8	9	9	9
Итого		33	34	34	34

1- класс-ритмика-ЗПР-(1 час в неделю)

№	Тема	Д.	П.	Ч
1	Т.Б. на уроках ритмики. ОРУ. Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение.			1
2	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка.			1
3	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.			1
4	Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами			1
5	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднимание и опускание рук.			1
6	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук			1
7	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук.			1
8	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).			1
9	Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях.			1
10	ОРУ с предметами. Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки			1
11	Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке			1
12	Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями			1
13	ОРУ с предметами. Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.			1
14	Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах.			1

15	Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп.			1
16	ОРУ с предметами. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево.			1
17	ОРУ с предметами. Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга.			1
18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.			1
19	ОРУ с предметами. Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища.			1
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры			1
21	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами			1
22	ОРУ с предметами. Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.			1
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.			1
24	ОРУ с предметами. Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук. Музыкальные игры с предметами			1
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник»			1
26	ОРУ с предметами. Музыкальные игры с предметами			1
27	Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабанах			1
28	Игры под музыку. Имитационные упражнения.			1
29	ОРУ с предметами. Игры под музыку- движения транспорта, людей.			1
30	Музыкальные игры с предметами. ОРУ с предметами			1
31	ОРУ с предметами. Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.			1
32	ОРУ с предметами Танцевальные упражнения. Движения парами.			1
33	ОРУ с предметами Танец «Пляска с притопами». Музыкальные игры с предметами.			1
	Итого			33

2-класс- ритмика-ЗПР-(1 час в неделю)

№	Тема	ч	ч	д
1	ОРУ с предметами. ТБ. Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с поворотами.	1		
2	ОРУ с предметами. Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	1		
3	ОРУ. Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения с лентами.	1		
4	ОРУ с предметами Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы	1		
5	ОРУ с предметами Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища	1		
6	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища в	1		

	сочетании с движениями рук			
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Перекрестные движения	1		
8	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сопряженные движения рук и ног	1		
9	Координационные движения, регулируемые музыкой. Круговые движения руками.	1		
10	ОРУ с предметами. Упражнения на детских музыкальных инструментах.	1		
11	Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки	1		
12	ОРУ с предметами. Игры под музыку. Различение изменений в музыке РК	1		
13	Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг.	1		
14	ОРУ с предметами. Танцевальные упражнения. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Хлопки. Полька.	1		
15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	1		
16	ОРУ с предметами Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги.	1		
17	ОРУ с предметами. Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами	1		
18	ОРУ с предметами. Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Повороты туловища с передачей предмета РК	1		
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук и ног.	1		
20	ОРУ с предметами. Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки	1		
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1		
22	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Ускорение и замедление движений	1		
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена движений.	1		
24	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук.	1		
25	ОРУ с предметами. Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе	1		
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног	1		
27	Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне	1		
28	ОРУ с предметами. Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане	1		
29	Элементы русской пляски. Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов.	1		
30	Элементы русской пляски. Игры под музыку. Игры с пением и речевым сопровождением.	1		
31	Игры под музыку. Инсценирование доступных песен.	1		
32	Элементы русской пляски. Танцевальные упражнения. Переменные притопы.	1		
33	Элементы русской пляски. Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	1		
34	Итоговое занятие. Танцевальные упражнения. движения местных народных танцев.	1		
	Итого	34		

3-класс- ритмика-ЗПР-(1 час в неделю)

№	Тема	ч	д	п
1	Т.Б. на уроках ритмики. с гимнастическими палками. Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом.	1		
2	ОРУ с гимнастическими палками. Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы.	1		
3	ОРУ с гимнастическими палками. Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три.	1		
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. ОРУ с гимнастическими палками	1		
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях	1		
6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1		
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Круговые движения ног и рук. ОРУ с гимнастическими палками	1		
8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча. ОРУ с гимнастическими палками	1		
9	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения.	1		
10	Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке.	1		
11	Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца. ОРУ с гимнастическими палками.	1		
12	Танцевальные упражнения. Шаг на носках. ОРУ с гимнастическими палками.	1		
13	Танцевальные упражнения. Шаг польки. ОРУ с гимнастическими палками	1		
14	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга	1		
15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги. ОРУ с гимнастическими палками.	1		
16	Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками.	1		
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами.	1		
18	ОРУ с гимнастическими палками Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание	1		
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1		
20	ОРУ с гимнастическими палками Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами.	1		
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.	1		
22	ОРУ с гимнастическими палками Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела .	1		
23	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах.	1		
24	ОРУ с гимнастическими палками . Координационные движения, регулируемые музыкой. Основные движения народных танцев.	1		

25	ОРУ с гимнастическими палками. Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений	1		
26	ОРУ с гимнастическими палками. Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца. Основные движения народных танцев	1		
27	Игры под музыку. Передача игровых образов. Основные движения народных танцев	1		
28	Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. Основные движения народных танцев	1		
29	Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами. ОРУ с гимнастическими палками	1		
30	Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	1		
31	ОРУ с гимнастическими палками. Основные движения народных танцев	1		
32	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1		
33	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски.	1		
34	Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев.	1		

4 класс-ритмика-ЗПР-(1 час в неделю)

№	Тема	Ч.	П.	Д.
1	Т.Б. на уроках ритмики. Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре.	1		
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение в шахматном порядке. ОРУ с гимнастическими палками.	1		
3	ОРУ с гимнастическими палками. Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.	1		
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища.	1		
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч.	1		
6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног.	1		
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку.	1		
8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.	1		
9	Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино.	1		
10	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка	1		
11	Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей. ОРУ с гимнастическими палками.	1		
12	Танцевальные упражнения. Галоп.	1		
13	Танцевальные упражнения. Круговой галоп.	1		
14	Танцевальные упражнения. Присядка.	1		
15	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1		
16	Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей.	1		
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели	1		
18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	1		
19	ОРУ с гимнастическими палками. Упражнения на ориентирование в пространстве.	1		

	Сохранять правильные дистанции во всех видах построения			
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук.	1		
21	ОРУ с гимнастическими палками. Ритмика - гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища	1		
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног.	1		
23	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1		
24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков	1		
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. РК	1		
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя.	1		
27	ОРУ с гимнастическими палками. Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни.	1		
28	Игры под музыку. Начало движения.	1		
29	Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений.	1		
30	Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.	1		
31	Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	1		
32	ОРУ с гимнастическими палками Танцевальные упражнения. Шаг кадрили	1		
33	Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением	1		
34	ОРУ с гимнастическими палками .Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1		
	Итого	34		

Программно-методические материалы:

Список использованных источников

1. Гончарова М.Н., Гринина А.В., Мирзоева И.И. Реабилитация детей с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата. - Л.: «Медицина», 1974.
2. Грехнев В.С. Культура педагогического общения. - М., 1990.
3. Загуменнов, Ю.Л. «Инклюзивное образование: создание равных возможностей для всех учащихся» - Минская школа сегодня. - 2008. - № 6.
4. Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Учебное пособие. Издательство «ACADEMA», М., 2001.
5. Лечебная физическая культура: Справочник / Под ред. Проф. В.А.Епифанова. М.: Медицина, 2004
6. Литош Н.Л., Адаптивная физическая культура: Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. - М.: СпортАкадемПресс, 2002.
7. Матвеев Л.П., Теория и методика физической культуры: Учеб. Для институтов физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1991.
8. Немов Р.С. Психология: Кн. 2. - М., 1997.
9. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. - М., 1991. 22. Педагогика / Под ред. В.А. Сластёнина. - М., 2002.
10. Потапчук А.А., Матвеев С.В., Дидур М.Д. «Лечебная физическая культура в детском возрасте». Учебно-методическое пособие. – СПб: «Речь» 2007.
11. Практическая психология для преподавателей / Сост. М.К. Тушкина и др. - М., 1997.
12. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. - СПб., 1999.
13. Физическая реабилитация. Учебник. Под ред. проф. С.Н. Попова. 2-изд. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2004.
14. Фришман И.И. Методика работы педагога дополнительного образования. - М., 2001.
15. Харламов И.Ф. Педагогика. - М., 1997. 1. С.В. Алехина, Н.Я. Семаго, А.К. Фаина «Инклюзивное образование». Выпуск 1. - М.: Центр «Школьная книга», 2010.
16. В. В. Воронкова. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида Подготовительный класс, 1 – 4 класс (автор – А.А. Айдарбекова). - М., «Просвещение» 2009