РАССМОТРЕНО
Руководитель
МО естественно-научного цикла
Окулич Е.С.
Пр. № 1 от «27» августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
Зам. директора по УВР
Лускова Г.И.
Протокол №1 от «27» августа 2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ СОШ № 25 им. П.К. Калёлина
Спиткина Л.А.
Приказ №160 от «28» августа 2026 г.

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Ритмика»

7.2 вариант

Г. Новочеркасск 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

С давних пор музыка используется как лечебный фактор. Восприятие специально подобранной музыки не требует предварительной подготовки и доступно всем детям. Музыкально-ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще, активизируют мышление. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка.

Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность, способствует формированию целенаправленной деятельности. Музыкально-ритмические занятия имеют большое значение для детей с задержкой психического развития. Это связано с тем, что характерные для них особенности нервно-психического склада, эмоционально-волевая и личностная незрелость, своеобразие деятельности и поведения, особенности двигательной и психической сферы, хорошо поддаются коррекции специфическими средства воздействия на ребенка, свойственными ритмике.

У большинства детей с ЗПР наблюдаются следующие двигательные нарушения:

- нарушение координации движений;

- скованность при выполнении движений и упражнений; - отсутствие плавности движений;

- недостаточная ритмичность, трудность формирования двигательного автоматизма, двигательные персеверации.

Проблемы двигательной сферы у детей с ЗПР часто связаны не с нарушением опорно-двигательного аппарата, а с недоразвитием высших психических функций. У этих детей ослаблено формирование межанализаторных связей, снижено внимание, память, восприятие, мыслительное и речевое развитие. Недостатки формирования ВПФ тесно связаны с развитием общей, ручной и артикуляционной моторики ребенка.

На занятиях ритмики средствами музыки и специальных двигательных и психологических упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются такие важные для подготовки к школьному обучению личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения.

Данная **программа направлена** на коррекцию особенностей нервно-психического склада, своеобразия поведения и личностной реакции, а также эмоционально-волевой незрелости у детей с ЗПР.

Общие требования к организации занятий.

В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Ученикам необходимо для урока ритмики иметь тапочки и гимнастическую форму.

Уроки должны проводиться в специальном или приспособленном просторном помещении, отвечающем по санитарно-гигиеническим характеристикам тем требованиям, которые предъявляются к помещениям для подобных занятий.

В помещении должны находиться музыкальный инструмент, гимнастические скамейки, шведская стенка, стулья для отдыха для детей и для сидячих упражнений, желательно ковер или индивидуальные коврики подстилки (многие задания выполняются сидя на полу). Оборудование для проведения уроков ритмики: мячи, шары разных размеров и цвета, флажки, ленты, косынки, обручи, кегли, скакалки, гимнастические палки, колокольчики, барабанчики, бубны, ложки и т.п. – по количеству детей в классе.

Способ определения результативности освоения программы

Программа считается освоенной, если ребенок присутствовал не менее, чем на половине занятиях по ритмике.

Целью программы является создание условий для личностного развития обучающихся с ЗПР и коррекции отклонений в психическом и физическом развитии обучающихся с ЗПР, посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

Задачи программы:

- овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения с звучащими инструментами (дудки, погремушки и т.д.))
- развитие умения воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка» (динамика, темп и т. д.);
- развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие умственной деятельности, творческого воображения, памяти, формирование произвольного внимания, пространственной ориентировки и координации, улучшение осанки;
- развитие умения совместной коллективной деятельности;
- воспитание самоорганизации и самодисциплины;
- приобщение детей к музыке, совершенствование музыкально-эстетических чувств.

Учитывая, что занятия ритмикой являются частью образовательной и коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ЗПР, можно выделить четыре **основных направления работы** с детьми, реализуемые на занятиях ритмики:

- оздоровительное;
- образовательное;
- воспитательное;
- коррекционно-развивающее.

Занятия ритмикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, у детей формируются правильное дыхание, развиваются моторные функции, воспитывается правильная осанка, походка, грация движений, что способствует в целом оздоровлению всего детского организма.

Таким образом, на первый план выходит необходимость первоначальной коррекции двигательной сферы детей с ЗПР на занятиях коррекционной ритмикой.

С помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка. Музыкально - ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка.

Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность.

Занятия ритмикой тесно связаны с обучением на занятиях физкультурой и музыкой. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на занятиях физкультурой и музыкой. На занятиях ритмики происходит дальнейшее практическое освоение понятий, умений и навыков в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. Коррекционно-развивающие занятия ритмикой являются эффективной и адекватной формой проведения занятия при работе с детьми с ЗПР, построенного на сочетании музыки, движения и слова. Ритмика является одной из своеобразных форм активной терапии (с элементами кинезотерапии) средствами специально подобранных методов и методик, направленных на преодоление недостатков психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально-волевой сферы детей с ЗПР средствами музыкально-ритмической деятельности и психоразвивающих упражнений, построенных на сочетании движений, музыки и слова.

Включенные в занятие игры имеют особое значение. Это связано с тем, что игра являются основной формой деятельности школьников. Они

способствуют развитию произвольности движений и поведения, развитию мышления, личностных качеств детей. Соревновательный характер подвижной игры активизирует личностные, и познавательные качества ребёнка. Вызывает стремление осознать правила игры, даёт возможность почувствовать свое место в команде, свою роль в общей игре. Чтобы ребенку быть успешным в игре среди детей, ему необходимо вовремя включиться в деятельность, правильно выполнять движения и действия. Таким образом, предъявление на занятия ритмикой заданий в игровой форме и проведение игр позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающего воздействия, а при работе с детьми с ЗПР, иногда это и единственный способ решить на занятии все поставленные задачи. Следует также отметить, что игры создают благоприятные условия для развития творческого воображения.

Место коррекционного курса «Ритмика» в учебном плане

В 2 классе на изучение предмета отводится 1 час в неделю, суммарно 34 часа.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

№ п\п	Тема	Виды деятельности	Форма
	Вводный	Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Бег. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Разновидности ходьбы	Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Танцевальный шаг на полупальцах	Разновидности прыжков. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах (под музыку). Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Перестроения	Разновидности прыжков (с изменением ритма музыки). Перестроение под музыку. ОРУ. Танцевальный шаг. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	Перекатывание, катание малого мяча, чередуя с подбрасываниями и передачами в движении под изменяющийся темп музыки. ОРУ. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	Перестроения. Разновидности ходьбы с преодолеванием препятствий с изменением ритма движений под различный темп музыки. ОРУ. Игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	Упражнение в движении с обручем, скакалкой, гимнастической палкой под изменяющийся темп музыки.	Практика

	Вводный	Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Упражнения развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнения на внимание	Ходьба и бег чередуются с построениями под определенные доли музыкального произведения. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение на расслабление мышц	Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение на координацию движений	Основная стойка. Разновидности шага. Построение. ОРУ, Отстукивание, отзванивание ритма мелодий. Подвижная игра на развитие координационных способностей. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	ОРУ. Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	Разновидности бега, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Игра. Танец «Стукалка», с колокольчиками. Солирование с барабаном, с колокольчиками. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Импровизация движений	Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение в равновесии	Перестроение. Строевые упражнения ОРУ. Упражнения на гимнастической скамейке и с мячами. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика

	Индивидуальное творчество	Использование различных атрибутов для развития двигательной активности. Эстафеты со скакалками. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнения с гимнастическими палками	Чередование ходьбы и бега. ОРУ с гимнастическими палками. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнения с обручем	Перестроения под музыку. ОРУ с обручами. Эстафеты с обручами. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнения для развития ритма	Выполнение отсроченных движений. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. ОРУ. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Танец «Стукалка». Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	Бег на полупальцах, притопы, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с флажками. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Танцевальные упражнения и движения	Танцевальные упражнения. Обучение танцевальным движениям: «Пружинка», «Кружение на месте». ОРУ в движении. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Соединение движения с музыкой	Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Русские народные игры	Разучивание упражнения «потопаем покружимся, похлопаем, покружимся». Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
	Упражнение на развитие танцевального творчества	Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп	Практика

		да хлоп». Разучивание танцев «Русская плясовая», «Хороводный». Упражнение на релаксацию.	
	Элементы русских народных плясок	Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками, флажками», «хлоп да хлоп», «пружинка», «вертушка», «качание рук». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Танец «Русская плясовая» Упражнения на релаксацию.	Практика

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- проявление дисциплинированности и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укреплении личного здоровья.
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- обеспечение защиты и сохранения личного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;
- планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом индивидуальных возможностей и требования сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;

- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.
- формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- двигаться в соответствии с характером, темпом и динамикой музыки, отличать начало и конец звучания музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве, легко и ритмично ходить и бегать по кругу, между предметами, воспроизводить несложный ритм и простые движения с предметами, выполнять игровые и плясовые движения, согласовывая движения рук с движениями ног и туловища;
- выполнять дыхательные упражнения;
- использовать на уроках ритмики умения, полученные на занятиях по музыке и физической культуре.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		
		всего	контрольные работы	практические работы
1	Ритмико-гимнастические упражнения	9	-	-
2	Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами	7	-	-
3	Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку	10	-	-
4	Народные пляски и современные танцевальные движения	8	-	-
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	-	-

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата изучения		Форма реализации темы при дистанционном обучении
			план	факт	
Ритмико-гимнастические упражнения (8 часов)					
1.	Вводный	1	01.09		https://resh.edu.ru/
2.	Разновидности ходьбы	1	08.09		https://resh.edu.ru/
3.	Танцевальный шаг на полупальцах	1	15.09		https://resh.edu.ru/
4.	Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	1	22.09		https://resh.edu.ru/
5.	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1	29.09		https://resh.edu.ru/
6.	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1	06.10		https://resh.edu.ru/
7.	Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1	13.10		https://resh.edu.ru/
8.	Итоговое занятие	1	20.10		https://resh.edu.ru/
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (8 ч)					
9.	Вводный	1	10.11		https://resh.edu.ru/
10	Перестроения	1	17.11		
11.	Упражнения на внимание	1	24.11		https://resh.edu.ru/
12.	Упражнение на расслабление мышц	1	01.12		https://resh.edu.ru/
13.	Упражнение на координацию движений	1	08.12		https://resh.edu.ru/
14.	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1	15.12		https://resh.edu.ru/
15.	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1	22.12		https://resh.edu.ru/
16.	Итоговое занятие	1	29.12		https://resh.edu.ru/
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (10 ч)					
17.	Импровизация движений	1	12.01		https://resh.edu.ru/
18.	Упражнение в равновесии	1	19.01		https://resh.edu.ru/
19.	Индивидуальное творчество	1	26.01		https://resh.edu.ru/

20.	Упражнения с гимнастическими палками	1	02.02		https://resh.edu.ru/
21.	Упражнения с обручем	1	09.02		https://resh.edu.ru/
22.	Упражнения для развития ритма	1	16.02		https://resh.edu.ru/
23.	Упражнение на передачу в движении характера музыки	1	02.03		https://resh.edu.ru/
24.	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1	09.03		https://resh.edu.ru/
25.	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1	16.03		https://resh.edu.ru/
26.	Итоговое занятие	1	23.03		https://resh.edu.ru/
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)					
27.	Танцевальные упражнения и движения	1	06.04		https://resh.edu.ru/
28.	Соединение движения с музыкой	1	13.04		https://resh.edu.ru/
29.	Русские народные игры	1	20.04		https://resh.edu.ru/
30.	Упражнение на развитие танцевального творчества	1	27.04		https://resh.edu.ru/
31.	Упражнение на развитие танцевального творчества	1	29.04		https://resh.edu.ru/
32.	Элементы русских народных плясок	1	04.05		https://resh.edu.ru/
33.	Элементы русских народных плясок	1	11.05		https://resh.edu.ru/
34.	Итоговое занятие	1	18.05		https://resh.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 2-й класс: учебник, 2 класс, /Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ородина И.Г. Коррекционная ритмика. М., 1992.

аланов А.С. Игры, которые лечат. М., 1998

вижения под музыку в детском саду / Под ред. Косицыной М.А.

артушина М.Ю. Оздоровительные вечера досуга. М., 2005

онорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1 – Музыка,2012

онорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1 – Музыка,2012

отышева Е.Н.«Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями» - Речь,2010

арковская И.Ф. Задержка психического развития. М., 1993.

узыка и движение в коррекционно-воспитательной работе в спец. детском саду для детей с нарушением интеллекта / Под. ред. Зарина А.П., Ложко Е.Л., СПб. 1994.

рограммы для общеобразовательных учреждений: Коррекционно-развивающее обучение: Нач. классы / Сост. Л. А. Вохмянина. – М.: Дрофа, 2000.

авина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. - М., 1999.

емаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: основы диагностической и коррекционной работы психолога. М., 2001.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

«Российская электронная школа», информационно-образовательная среда, объединяющая ученика, учителя, родителя: https://resh.edu.ru/

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Стенка гимнастическая

Скамейки гимнастические

Скакалки гимнастические

Мячи малые (резиновые, теннисные)

Обручи гимнастические

Палки гимнастические

Флажки

Кегли

Музыкальный инструмент

Детские барабаны

Колокольчики

Платочки