МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПОЛИТОТДЕЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 03A6AB640035B4AEB34AF69CE62D9ECB14
Владелец: ГОЛУБОВА НАТАЛЬЯ ПЕТРОВНА
Действителен: с 23.04.2026 по 23.07.2027

Подписано с помощью цифрового сервиса «На-Подписи»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса «Ритмика»
для начального общего образования
для обучающихся с ЗПР
Срок освоения программы: 4 года (1-4 класс)

Составители: Кулиш В. А.,
Карась С. Н.

СОГЛАСОВАНА

школьным методическим
объединением учителей
начальных классов
(протокол от 28.08.2026 г. №7)

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора

_____ С. А. Попова

28.08.2026 г.

Пояснительная записка

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения. В рамках данного курса осуществляется коррекция моторной сферы младших школьников с ЗПР, что может способствовать как их познавательному развитию (в первую очередь совершенствованию регуляции деятельности), так и эстетическому развитию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца.

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» предназначена для обучающихся 1-4 классов и разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), федеральной адаптированной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития. Сущность специфических образовательных потребностей раскрывается в соответствующих разделах пояснительной записки, учитывается в распределении коррекционного содержания по годам обучения и в календарно-тематическом планировании.

Общая цель занятий ритмикой заключается в развитии двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

В соответствии с обозначенными в ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ особыми образовательными потребностями определяются ***общие задачи коррекционного курса***:

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);
- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
- игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);
- танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев).

Коррекционный курс «Ритмика» является частью программы коррекционной работы и обязателен для изучения. В соответствии с учебным планом АООП НОО для обучающихся с ЗПР на изучение курса отводится 1 час в неделю.

Данная рабочая программа рассчитана на 33 часа для обучающихся 1 класса и на 34 часа для обучающихся 2–4 классов (1 час занятий в неделю, 33–34 учебные недели в году).

Планируемые результаты коррекционного курса

В соответствии с целью и задачами коррекционного курса "Ритмика" планируются следующие личностные и метапредметные результаты.

Личностные результаты:

овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире проявляется в:

- интересе к новому содержанию и способам решения проблем, приобретении новых знаний и умений на занятиях ритмикой,
- старательности, подчинении дисциплинарным требованиям, адекватной эмоциональной реакции на похвалу и порицание на занятиях ритмикой;

развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей проявляется в:

- появление эстетических чувств красоты и гармонии в процессе прослушивания музыки и исполнения танца;
- заинтересованность в процессе прослушивания музыкальных произведений, просмотра концертов, разглядывания произведений искусства и музыкальных инструментов;
- стремление к совершенствованию своих способностей.

развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях проявляется в:

- умении слушать и выполнять инструкции взрослого;
- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- согласованно выполнять необходимые действия, не разрушая общего замысла танца, находясь в паре и в малой группе.

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям проявляется в:

- знание о том, что ритмика является одной из составляющих здорового образа жизни;
- стремлении к доступному физическому совершенствованию;
- позитивном отношении к занятиям ритмикой;
- появлении мотивации достижения результата на уроках ритмики,

Метапредметные результаты, которые можно сформировать на занятиях ритмикой:

Регулятивные универсальные учебные действия:

формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации проявляется:

- умении определять мелодию, ее темп, силу, ритм и подчинять свои движения этим характеристикам музыки, умении определять части музыкального произведения и перестраивать свои движения при изменении темпа и ритма**;**
- умении осуществлять построения и перестроения в соответствии с задачами (в том числе и по диагонали), поставленными взрослым;
- умение планировать свои движения при выполнении имитационных и вольных упражнений, умении выступать индивидуально).
- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении сложный ритмический рисунок;

готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий проявляется в:

- учитывать выделенные педагогом ориентиры, выполнять движения по подражанию, по образцу, заданному взрослым, по памяти;
- умение задавать вопросы, при возникновении трудностей взрослому или партнеру по занятиям;
- умение согласованно выполнять общеразвивающие, ритмико-гимнастические и танцевальные упражнения в паре, в группе.

Познавательные универсальные учебные действия:

овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, установления

причинно-следственных связей проявляется в:

- умении принимать правильное исходное положение и совершать движения в соответствии с содержанием и особенностями музыки;
- умении организованно строиться и перестраиваться (быстро, точно, в том числе по диагонали);
- умении сохранять правильную дистанцию в колонне, в парах и в танце;
- умении самостоятельно определять нужное направление движения не только по словесной инструкции педагога, но и по звуковым и музыкальным сигналам;
- умении соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- стремлении правильно и точно выполнять упражнения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих проявляется в:

- умении договариваться и приходить к общему решению в процессе изучения танца, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умении согласованно выполнять необходимые действия, не разрушая общего замысла танца, находясь в паре, в малой или большой группе.

Личностные универсальные учебные действия:

формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха проявляются в:

- умении принимать помощь взрослого, в стремлении подражать движениям взрослого в танце;
- умении замечать и исправлять свои ошибки, стремиться к многократным повторениям определенных движений.

Предметные результаты

В общей системе коррекционно-развивающей работы курс «Ритмика» в 1 классе 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;

– владеть техникой элементарной мышечной релаксации.

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

– проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и во время участия 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, умении 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.

В конце 2 класса обучающийся должен научиться:

- 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;
- отражать в ритмо-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику музыки;
- передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- ставить ноги в соответствующую позицию из трех по словесной инструкции;
- ставить руки в соответствующую позицию (подготовительную, первую и вторую) по словесной инструкции;
- 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 имитационные движения (отдельные и/или в миниатюрах);
- 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.;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (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.).

В конце 3-4 классов обучающийся должен научиться:

- 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.).

Содержание коррекционного курса

1 класс

Рабочая программа курса содержит 3 раздела: «Музыка и движения» (основные упражнения и основные упражнения в парах); «Движения и речь»; «Музыка и танец».

«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.). Кроме этого, обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп. Обучающихся учат двигаться в темпе музыки, помогают им овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

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.

Раздел «Движение и речь» направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого используются различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. Важно закреплять умения детей выполнять движения под музыку, поэтому обязательно осуществляется повторение пройденного и проводятся игры под музыку.

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.

В разделе «Музыка и движение» (основные упражнения в парах) основные упражнения осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и построиться назад в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки. Общеразвивающие упражнения дополняются такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

В разделе «Музыка и танец» сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы и пляски. К концу учебного года дети обычно выучивают комплекс общеразвивающих упражнений, могут выполнять его под контролем взрослого. Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп.

2 класс

Занятия ритмикой во 2 классе обозначены следующими разделами: «Музыка и движение», «Музыка и танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Музыка, движение и речь». 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 характера, темпа, плавности), общеразвивающие движения. Эти виды деятельности относятся к обязательным и должны реализовываться практически на каждом занятии.

Игры под музыку усложняются, от имитационных игр осуществляется постепенный переход к играм с правилами, где музыка (ее наличие или отсутствие) помогают определить изменение движений, их характера. В игре обучающиеся учатся выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов достигается с помощью игр-миниатюр.

Расширяется диапазон ритмико-гимнастических движений, которыми должны овладеть обучающиеся с ЗПР. Вводятся разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений должно быть в заданном темпе и после остановки музыки. Продолжается совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

На каждом занятии ритмикой уделяется внимание развитию общих движений, для этого проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Обязательными являются упражнения на выработку осанки. Занятия ритмикой должны начинаться с разминки, которую может проводить как педагог, так и кто-то из обучающихся.

В процессе изучения новых танцев обязательно осуществляется восприятие музыки, анализируется ее характер, темп, плавность и т.д. Это способствует большему осознанию замысла

танца, вызывает эстетические чувства при прослушивании музыки. Важны упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Обучающиеся с ЗПР учатся прохлопыванию ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

За счет расширения ритмо-гимнастических движений обогащается репертуар танцевальных движений: построения и перестроения, поскоки, притопывания, хлопки, кружение, раскачивания и т.д. Такие элементы используются при постановке танцев.

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

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Большинство упражнений выполняется под музыку.

Раздел "Музыка и движение" включает повторение пройденного в первом классе. Организуется повторение не только отдельных танцевальных движений и самих танцев, но и игр под музыку, в которые нравилось играть детям с ЗПР. Также повторяются ранее изученные построения и перестроения. Обязательной составляющей раздела является введение новых понятий: "позиция рук", "позиция ног", "линия танца" и другие. Во втором классе для некоторых позиций вводится словесное обозначение (например: "Встаньте в первую позицию"). Также этот раздел предполагает изучение новых танцев с использованием каких-либо предметов. Это позволяет вырабатывать согласованные движения не только ног, но и рук, головы, держать туловище в определенной позе так, чтобы предмет было видно зрителям, что помогает создать художественный образ в танце. Занятия по этому разделу завершаются обобщающим занятием, на котором обучающиеся должны продемонстрировать освоенные движения.

Основная цель раздела "Музыка и танец" не только освоить разные танцы, но и подготовить обучающихся к выступлениям на праздничных концертах. В первую очередь изучаются танцы с предметами (в том числе и в парах). Также предлагаются танцы, включающие построения и перестроения, притопывания, поскоки, хлопки и т.д. Ведется обучение таким элементам как тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Более сложными являются такие танцевальные движения как поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед.

Для каждого времени года предлагается постановка своего танца, что способствует расширению представлений об окружающем мире у обучающихся с ЗПР. Обучению танцам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Танцевальные движения не должны быть слишком сложными, очень хорошо, если определенный комплекс танцевальных движений будет повторяться в танце несколько раз. Это облегчит процесс изучения танцевальных движений и будет способствовать успешности выступлений на праздничных концертах.

Раздел "Музыка, танец и музыкальные инструменты". У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения, танец), движениями и речью (ритмодекламации). После того как сформированы базовые умения, коррекционное содержание ритмики усложняется. Основная работа направлена на развитие «тройных» связей: музыки, танца и игры на музыкальных инструментах или декламации песен с комплексом танцевальных упражнений под музыкальное сопровождение.

Данный и следующий раздел "Музыка, движение, речь" посвящены формированию именно таких сложных связей. Вся предварительная работа проводится целенаправленно и должна способствовать их появлению и закреплению. Поэтому раздел "Музыка, движение, речь" посвящен ритмодекламациям и декламациям песен под музыку с выполнением танцевальных движений. Для более успешного выполнения таких заданий предлагается сначала выполнять упражнения в хороводе. Это способствует более быстрому закреплению сложных действий. Весь коррекционный процесс завершается отчетным концертом. Это не только подведение итогов, но и отображение личностных результатов занятий ритмикой, так как появляется удовлетворение не только от технического исполнения танцев, но и формируются эстетические чувства красоты и гармонии.

3-4 классы

Занятия ритмикой в 3-4 классах могут быть конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Музыка и движение», «Музыка и танец», «Музыка и народный танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Музыка, движение и речь». 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. Эти виды деятельности относятся к обязательным и должны реализовываться практически на каждом занятии.

Игры под музыку используются на занятии разнообразные от имитационных игр до музыкальных игр с правилами, где музыка (ее наличие или отсутствие) помогают определить изменение движений, их характера. В игре обучающиеся учатся не только выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), но и совершенствуется их координация. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов может достигаться с помощью игр-миниатюр, которые исполняются индивидуально конкретным ребенком.

Усложняется диапазон ритмико-гимнастических движений, которыми должны овладеть обучающиеся с ЗПР. Изучаются уже не отдельные упражнения, а гимнастические комплексы. Упражнения выполняются под разную музыку, а также под музыку, у которой изменятся темп и ритм (быстрый - спокойный, спокойный - быстрый). Важным является не только ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения, но варьирование силы мышечного напряжения, плавность и гармоничность выполнения. Совершенствование ходьбы осуществляется через овладение разными видами хороводных шагов. Сам хоровод должен осуществляться не только традиционно в большом круге, но и в других вариантах (в большом круге маленький). Хоровод должен сменяться построениями, перестроениями, которые могут включать построение по диагонали, как более сложное. Изучаются новые шаги - шаг польки. Усложняются и сами танцы. Если во первом и втором классе танцы представляли собой многократно повторяющийся набор движений, то в третьем классе – это сложные танцы, состоящие из двух и более танцевальных комплексов (хотя сами комплексы могут быть не большими по объему). При этом темп и ритм музыки могут меняться при выполнении разных танцевальных комплексов.

На каждом занятии ритмикой традиционно уделяется внимание развитию общих движений, для этого в начале и конце занятий проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Роль этих упражнений не только в разминке, могут появляться, при необходимости, силовые комплексы или упражнения на растяжку. И в том, и в другом случае надо дозировать физическую нагрузку для обучающихся с ЗПР. Не должно быть избыточной нагрузки, но и слишком легкие комплексы могут не приносить необходимого коррекционного эффекта, особенно по гармонизации двигательной сферы у этой категории детей.

Неизменно в процессе изучения новых танцев обязательно осуществляется восприятие музыки, анализируется не только характер мелодии, ее темп, плавность, но и определяются эти характеристики у разных частей музыкального произведения. Это способствует большему осознанию замысла танца, вызывает эстетические чувства при прослушивании музыки. Важным остается умение услышать и передать темп и ритм танцевальных упражнений. Для этого продолжают использовать хлопки.

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

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Большинство упражнений выполняется под музыку.

Раздел "Музыка и движение" включает повторение пройденного во втором классе. Организуется повторение не только отдельных танцевальных движений и самих танцев, но и игр под музыку, в которые нравилось играть детям с ЗПР. Также повторяется работа в парах. Словесных инструкций при выполнении упражнений становиться больше. К прямому показу возвращаются при разучивании сложных танцевальных комплексов.

Разделы "Музыка и танец" и "Музыка и народный танец". Танцы, которые разучивают обучающиеся с ОВЗ, усложняются за счет появления в танце нескольких танцевальных комплексов, построений, перестроений и включения хороводов. Изучаются новые хороводные шаги и шаг польки. Танец может осуществляться под музыку, изменяющуюся по темпу и ритму. Это способствует развитию сложных моторно-сенсорных связей, которые должны совершенствоваться у детей с ЗПР.

Раздел "Музыка, танец и музыкальные инструменты". У обучающихся с ЗПР формируется связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения, танец), движениями и речью (ритмодекламации). Основная работа направлена на развитие «тройных» связей: музыки, танца и игры на музыкальных инструментах или декламации песен с комплексом танцевальных упражнений под музыкальное сопровождение.

Данный и следующий раздел "Музыка, движение, речь" посвящены формированию именно таких сложных связей. Вся предварительная работа проводится целенаправленно и должна способствовать их появлению и закреплению. Поэтому раздел "Музыка, движение, речь» посвящен ритмодекламациям и декламациям песен под музыку с выполнением сложных танцевальных движений. Для более успешного выполнения таких заданий предлагается сначала выполнять упражнения в хороводе. Это способствует более быстрому закреплению сложных действий. Весь коррекционный процесс завершается отчетным концертом. Это не только подведение итогов, но и отображение личностных результатов занятий ритмикой, так как появляется удовлетворение не только от технического исполнения танцев, но и формируются эстетические чувства красоты и гармонии.

Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема / раздел	Количество академических часов, отводимых на освоение темы	ЭОР и ЦОР
Музыка и движения (основные упражнения) (16 часов)			
1	Вводное занятие.	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
2	Слушаем и двигаемся	3	
3	Построения и перестроения	4	
4	Шаги	4	
5	Попрыгаем	3	
6	Повторим (обобщение)	1	
Движения и речь (14 часов)			
7	Повторим (повторение).	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
8	Построения и перестроения с речевками	4	
9	Скажу и сделаю сам	4	
10	Скажу и сделаю, послушаю и сделаю	4	
11	Скажем и сделаем (обобщение)	1	
Музыка и движения (основные упражнения в парах) (8 часов)			
12	Скажем и сделаем (повторение)	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane

13	Найди пару	2	https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
14	Делаем вместе	2	
15	Делаем вместе с речевками	3	
Музыка и танец (28 часов)			
16	Танцевальные движения	4	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
17	Танец «Приглашение»	1	
18	Танец «Всадники» (изучение прямого галопа)	4	
19	Танец «Всадники» (исполнение)	1	
20	Потанцуем	2	
21	Вспомним танцы	1	
22	Русская пляска (шаги)	3	
23	Русская пляска (притопы)	3	
24	Танец «Ковырялочка»	2	
25	Галоп в парах (элементы танца).	3	
26	Галоп в парах (танец).	3	
27	Отчетный концерт	1	

2 класс

№ п/п	Тема / раздел	Количество академических часов, отводимых на освоение темы	ЭОР и ЦОР
Музыка и движения (8 часов)			
1	Повторение пройденного в первом классе	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
2	Повторение построений, перестроений шагов	1	
3	Повторение танцев	1	
4	Основные позиции рук	1	
5	Танец в парах с использованием предметов (танец «Осень»)	2	
6	Потанцуем	1	
7	Повторим	1	
Музыка и танец (14 часов)			
8	Танец с использованием предметов (танец	2	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane

	«Дождик»)		https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
9	Танец с построениями и перестроениями (танец «Снежинки»)	3	
10	Потанцуем	2	
11	Повторение изученных танцев	1	
12	Танец с притопываниями и хлопками (танец «Мелодия зимы»)	2	
13	Танец с поскоками (танец «Летка-Енка»)	2	
14	Танец с предметами (танец «Весна»)	2	
Музыка, танец, музыкальные инструменты (4 часа)			
15	Танец с применением музыкальных инструментов (танец «Страна детства»)	3	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
16	Повторение танцев	1	
Музыка, движение, речь (8 часов)			
17	Ритмодекламации (под музыку и без музыки)	2	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
18	Декламация песен под музыку в хороводе	3	
19	Танец с предметами (танец «Скоро лето»)	2	
20	Отчетный концерт	1	

3 класс

№ п/п	Тема / раздел	Количество академических часов, отводимых на освоение темы	ЭОР и ЦОР
Музыка и движения (8 часов)			
1	Повторение движений, пройденных во втором классе	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_
2	Повторение танцев	2	
3	Гимнастические композиции в парах	2	
4	Гимнастические композиции с	2	

	построениями и перестроениями (танец «Волшебная страна»)		CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
5	Потанцуем	1	
Музыка и танец (7 часов)			
6	Танцевальный шаг польки (танец «Полька»)	3	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
7	Танцы с разными шагами для хоровода (танец «Новогодняя сказка»)	3	
8	Потанцуем	1	
Музыка и народный танец (7 часов)			
9	Повторение изученных танцев	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
10	Народный танец с предметами (танец «Русские узоры»	2	
11	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания (танец «Колокольчик»)	2	
12	Сложный русский танец (танец «Русские узоры»)	2	
Музыка, танец, музыкальные инструменты (4 часа)			
13	Сложный русский танец с использованием ложек (танец «Русские узоры»)	3	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
14	Повторение танцев	1	
Музыка, движение, речь (8 часов)			
15	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки)	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
16	Декламация песен под музыку в танце (танец «Буратино»)	3	
17	Танец с индивидуальными выступлениями (танец «Страна зверей»)	3	
18	Отчетный концерт	1	

4 класс

№	Тема / раздел	Количество	ЭОР и ЦОР

п/п		академических часов, отводимых на освоение темы	
Музыка и движения (8 часов)			
1	Повторение движений, пройденных в третьем классе	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
2	Повторение танцев	2	
3	Гимнастические композиции в парах	2	
4	Гимнастические композиции с построениями и перестроениями	2	
5	Потанцуем	1	
Музыка и танец (7 часов)			
6	Танец с использованием предметов	3	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
7	Танцы с разными шагами в парах	3	
8	Потанцуем	1	
Музыка и народный танец (7 часов)			
9	Повторение изученных танцев	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
10	Народный танец с предметами	2	
11	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания	2	
12	Сложный русский танец	2	
Музыка, танец, музыкальные инструменты (4 часа)			
13	Танец с использованием колокольчиков	3	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvRAbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
14	Повторение танцев	1	
Музыка, движение, речь (8 часов)			
15	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки)	1	https://www.youtube.com/@RussianNurseryRhymes https://www.youtube.com/@detskijSadNaDivane https://www.youtube.com/watch?v=WW6aKFEKnZE https://www.youtube.com/playlist?list=PL0urjDpxvR
16	Декламация песен под	3	

	музыку в танце		AbZrMFbgEXOVttpxaJYSpRv https://www.youtube.com/@nashe-vse https://www.youtube.com/playlist?list=PLiwKPGiGg_CZGPYgDuj1hD-i-6z1cK4U- https://mishka-knizhka.ru/pesenki-s-dvizhenijami/
17	Танец с индивидуальными выступлениями	3	
18	Отчетный концерт	1	