

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Иркутской области**

**Муниципальное казенное учреждение "Управление образования  
администрации муниципального образования "город Саянск" МОУ  
СОШ № 5**

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор**

---

**Князева А. С.**

**Приказ №116/5-26-251ах от «30»  
августа 2024 г.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**коррекционного курса**

**«Занятия ЛФК»**

**для обучающихся 1-4 классов**

**по АООП с НОДА – вариант 6.4**

**город Саянск2024**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ПО ЛФК ДЛЯ ДЕТЕЙ**  
**С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**  
**(1-4 КЛАСС)**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному курсу «ЛФКа» для детей с ОВЗ 1-4 классов разработана в соответствии с:

- Федеральным законом "Об образовании в РФ";
- федеральным государственным стандартом начального общего образования (Приложение к приказу Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. №373);
- требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), предъявляемыми к структуре, условиям реализации и планируемыми результатам освоения (решение федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол №4/15 от 22 декабря 2015г.);
- примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования (далее ПрАООП) обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- основной образовательной программой начального общего образования МКОУ Межевская СОШ;
- устава МКОУ Межевская СОШ;
- учебного плана;
- с программой Воронковой В.В. «Программы 1-4 классов», Просвещение 2004г.

Рабочая программа является коррекционной для обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Программа составлена с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, тем самым обеспечивая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Программа соответствует по отношению к ФГОС АООП. Новизна программы заключается в том, что конкретизированы требования к уровню усвоения предмета учащимися по окончании 1 класса, 2 класса, 3 класса, 4 класса.

**Цель коррекционной работы:**

Коррекционная работа представляет собой систему психолого-педагогических и медицинских средств, направленных на преодоление и/или ослабление недостатков в психическом и физическом развитии обучающихся с умственной отсталостью. В соответствии с требованиями ФГОС для умственно отсталых обучающихся целью программы коррекционной работы является создание системы комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения процесса освоения АООП обучающимися с умственной отсталостью, позволяющего учитывать их особые образовательные потребности на основе осуществления индивидуального и дифференцированного подхода в образовательном процессе.

### **Задачи коррекционной работы:**

1. Выявление особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью, обусловленных структурой и глубиной имеющихся у них нарушений, недостатками в физическом и психическом развитии;
2. Осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);
3. Разработка и реализация индивидуальных учебных планов, организация индивидуальных и групповых занятий для детей с учетом индивидуальных и типологических особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся;
4. Реализация системы мероприятий по социальной адаптации умственно отсталых детей;
5. Оказание родителям (законным представителям) умственно отсталых детей консультативной и методической помощи по медицинским, социальным, правовым и другим вопросам, связанным с их воспитанием и обучением.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;

- танцевальные упражнения.

Предмет «Ритмика» является дополнительным занятием физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, внеурочная деятельность оздоровительно-тренировочной направленности), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады) – достигается формирование гармоничной культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях ритмикой и физической культурой, разностороннюю подготовленность.

### **Общая характеристика коррекционной подготовки**

Занятия ритмикой должны быть направлены на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепления здоровья и выработку жизненно необходимых умений и навыков. Выраженные нарушения моторики, в частности зрительно-двигательной координации, которые прямым образом отражаются на возможностях и результатах деятельности детей, требуют проведения игр и упражнений, направленных на коррекцию этих нарушений. На уроках развиваются координация движений, общая, мелкая моторика. Дети учатся видеть красивое, эмоционально воспринимать его. Благоприятно на них воздействует музыка (грустная, веселая). На занятиях ритмикой развивается и познавательный интерес детей. Умело подобранные упражнения, элементы танца, игры воспитывают у них правильное отношение к окружающему миру, расширяют представление о различных явлениях природы.

Ритмика — это вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ. Она доступна и детям с ОВЗ и даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка. Занятия ритмикой включают в себя элементы танца, художественной гимнастики, лечебной физкультуры и общей физической подготовки, а также элементы пластики, йоги и сюжетно-игровые занятия. В программу включены упражнения, способствующие развитию слуха и музыкальных способностей, логопедические упражнения и упражнения, помогающие решить часть проблем опорно-двигательного аппарата. Занятия ритмикой способствуют развитию основных психологических функций детей (память, внимание, мышление, речь и воображение) и создают ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, даёт детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию.

Подход к каждому ребенку состоит в том, чтобы помочь раскрыть его творческие таланты, научить общаться, выражать себя, чувствовать себя уверенно в жизни, повысить способность адаптации к различным жизненным изменениям. Так же, занятия помогают выработать естественную грацию движений, гибкость, ловкость, пластичность и координацию, способность выражать чувства и эмоции через танец. В процессе дети также учатся правильно воспринимать и чувствовать музыку. Танцевальные движения способствуют развитию фантазии детей и способности к импровизации.

Программа реализуется на основе программы обучения детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (подготовительный класс) В.В. Воронковой 1-4 классы – издательство «Просвещение» 2004г.

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Игроритмика	5
3	Игрогимнастика (игровой стретчинг, игропластика)	5
4	Игротанцы (хореографические упражнения; танцевально-ритмическая гимнастика)	5
5	Оздоровительная гимнастика (упражнения с элементами йоги; пальчиковая гимнастика; игровой самомассаж; упражнения на формирование правильной осанки; упражнения для профилактики плоскостопия).	10
6	Музыкально-подвижные игры (игры с пением и речевым сопровождением; сюжетно-игровые занятия).	7
7	Итоговый урок.	1
<b>Итого:</b>		<b>34</b>

### Описание места коррекционной подготовки в учебном плане

Федеральный государственный образовательный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации (вариант 1) предусматривает обязательное внеурочное изучение предмета коррекционно-развивающей области «Ритмика» в объеме 1 час в неделю и 34 часа в год. На каждый раздел отводится определенное количество часов, указанных в тематическом плане, которое может меняться (увеличиваться или уменьшаться), на незначительное количество часов, т.к. воспитанники представляют собой разнородную группу детей по сложности дефекта.

Коррекционная подготовка «Ритмика» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 1 ч в неделю (всего 135 ч): в 1 классе — 33 ч, во 2 классе — 34 ч, в 3 классе - 34 ч, в 4 классе - 34 ч.

### **Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения коррекционной подготовки и система оценок**

Система оценки достижения возможных результатов освоения программы обеспечивает связь между требованиями стандарта и образовательным процессом. Она адекватно отражает требования стандарта, передает специфику образовательного процесса и соответствует возможностям обучающихся. Целью оценочной деятельности является установление динамики развития обучающихся по итогам четвертей и учебного года в целом.

Освоение рабочей программы по предмету коррекционной области «Ритмика» обеспечивает достижение обучающимися с умственной отсталостью двух видов результатов: личностных и предметных. В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

**Личностные** результаты включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки. Личностные результаты освоения предмета коррекционной области адаптированной рабочей программы «Ритмика» включают:

осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;

формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия

способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации;

способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социального значимых мотивов учебной деятельности;

развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

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

**Предметные** результаты освоения предмета коррекционной области адаптированной рабочей программы

«Ритмика» включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для данной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с умственной отсталостью не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

Определяется два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. **Достаточный уровень** освоения предметных результатов рассматривается как повышенный,

и не является обязательным для всех обучающихся. **Минимальный уровень** является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по отдельным предметам не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы. В случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации медико-психолого-

педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) образовательная организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на вариант D образовательной программы.

Система оценки результатов включает целостную характеристику выполнения обучающимися целей и задач программы, отражающую взаимодействие следующих компонентов образования:

- что обучающийся должен знать и уметь на данной ступени обучения;
- что из полученных знаний он может и должен применять на практике;
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

Для оценки достижения возможных предметных результатов освоения программы используется технология тестовых заданий. Задания разрабатываются дифференцированно с учетом особых образовательных потребностей. Вариативность заданий заключается в варьировании сложности и объема стимульного материала, способа предъявления, объема помощи при выполнении задания. Основой оценки служит анализ качества выполнения тестовых заданий. Оценка достижений предметных результатов

производится путем установления среднего арифметического из двух оценок – знаний (что знает) и практики (что умеет). В спорных случаях приоритетной является оценка за практические учебные умения. Оценка достижений предметных результатов по **практической составляющей** производится путем фиксации фактической способности к выполнению учебного действия, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0 – не выполняет, помощь не принимает.

1 – выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.

2 – выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.

3 – выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.

4 – выполняет самостоятельно по словесной пооперациональной инструкции.

5 – выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

Оценка достижений предметных результатов по **знаниевой составляющей** производится путем фиксации фактической способности к воспроизведению (в т.ч. и невербальному) знания, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0 – не воспроизводит при максимальном объеме помощи.

1 – воспроизводит по наглядным опорам со значительными ошибками и пробелами.

2 – воспроизводит по наглядным опорам с незначительными ошибками.

3 – воспроизводит по подсказке с незначительными ошибками.

4 – воспроизводит по наглядным опорам или подсказкам без ошибок.

5 – воспроизводит самостоятельно без ошибок по вопросу.

Оценка достижений предметных результатов производится 1 раз в четверть. На основании сравнения показателей за четверть текущей и предыдущей оценки учитель делает вывод о динамике усвоения программы каждым обучающимся с УО по каждому показателю по следующей шкале:

0 – отсутствие динамики или регресс.

1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.

2 – минимальная динамика.

3 – средняя динамика.

4 – выраженная динамика.



5 – полное освоение действия.

## 5. Содержание коррекционной подготовки

Программа состоит из пяти разделов: «Игроритмика», «Ирогимнастика», «Игротанцы», «Оздоровительная гимнастика», «Музыкально-подвижные игры». На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока отводится различное количество времени на каждый раздел, имея в виду, что в начале и конце урока включены упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

«Вводное занятие» (1 час). Проведение инструктажа по ТБ поведения на занятиях. Знакомство с предметом, инвентарем, музыкальными инструментами. Просмотр обучающего мультфильма.

«Игроритмика» (5 часов). Ходьба на каждый счет и через счет; хлопки, удары ногой, «топоташки» на сильные и слабые доли такта; определение музыкального размера  $4/4$  и  $3/4$ ; бег в различном темпе и стиле.

«Ирогимнастика» (5 часов). Строевые упражнения – перестроения из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге, перестроения из круга в две колонны по выбранным водящим; шаги в разных направлениях по залу; строевые приемы «направо», «налево», «кругом» при шаге на месте. Общеразвивающие упражнения – без предметов, с мячом, с гимнастической палкой, с кубиками, с игрушкой, с платочком, с султанчиком, на скамейке и т.п.

«Игротанцы» (5 часов). Хореографические упражнения – поклон для мальчиков, реверанс для девочек, русский поклон; танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью и ног; приседы, полуприседы и подъемы на носки, упражнения возле хореографического станка; подъемы ног и махи ногами; прыжки с упором на опору. Танцевальные шаги – мягкий, острый, срестный шаги; шаг галопа; шаг польки; шаг с подскоком; русский переменный шаг, шаг с притопом, русский шаг – припадание; комбинации из изученных танцевальных шагов; основные движения русского танца: «тройной притоп», «гармошка», «ковырялочка» и др. Ритмические танцы – «Зарядка», «Макарена», «Танец с хлопками», «Черный кот», «Русский народный танец», «Рок-н-ролл» и др.

«Оздоровительная гимнастика» (10 часов). Пальчиковая гимнастика; упражнения йоги; упражнения на формирование правильной осанки и свода стопы, а также профилактику их нарушений.

«Музыкально-подвижные игры» (7 часов). «У жирафа пятна», «У оленя дом большой», «Мы пойдем сначала вправо» и др.

«Итоговый урок» (1 час). Контроль качества проделанной работы, как со стороны педагога, так и со стороны обучающихся.

## Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

### 6.1. Тематическое планирование

№	Название темы и содержание	Кол-во часов	Цель	Задачи	Содержание занятия	Методическое информационно-техническое обеспечение
<b>Вводное занятие</b>						
1.	Организационное занятие. Знакомство с правилами групповой работы.	1	1. Создание доброжелательной обстановки на занятии 2. Выявление уровня музыкально-двигательного развития	1. Мотивировать детей на включение в танцевально-ритмическую деятельность. 2. Проанализировать уровень музыкально-двигательного развития обучающихся	- изучение правил поведения во время занятий танцевально-ритмической гимнастикой; - изучение техники безопасности на занятиях; - знакомство с инвентарем, музыкальным сопровождением.  - диагностические задания	Спортивный инвентарь, музыкальные инструменты, журнал инструктажа, музыкальное сопровождение.
<b>Игроритмика</b>						
1.	Упражнения на определение темпа и ритма	5	1. Воспитание коллективных действий, дисциплины и организованности 2. Развитие	1. Развитие умения выполнять построение и перестроение по словесной инструкции	- разучивание построений и перестроений  - разучивание частей тела и движений ими в	Спортивный инвентарь, музыкальные инструменты, музыкальное сопровождение.

			<p>чувства ритма и темпа</p> <p>3. Развитие слухового восприятия</p>	<p>учителя</p> <p>2. Развитие представлений о строении тела</p> <p>3. Развитие двигательной памяти и внимания</p> <p>4. Формирование положительного эмоционального фона</p>	<p>пространстве</p> <p>- разучивание статических положений частей тела</p> <p>- разучивание упражнений в движении</p> <p>- коррекция ориентировки в пространстве (оптико-пространственного восприятия)</p> <p>- коррекция слухового восприятия</p>	
--	--	--	--	---	--	--

### Игротимнастика

1.	Игропластика	2,5	<p>1. Воспитание физических качеств</p> <p>2. Улучшение функционального состояния организма</p> <p>3. Коррекция двигательной расторможенности и возбудимости</p> <p>4. Развитие</p>	<p>1. Развитие физических качеств, координации движений</p> <p>2. Развитие умения выполнять подражательные движения по команде "делай как я" и словесной инструкции учителя</p>	<p>- разучивание простых ОРУ без предметов</p>	<p>Спортивный инвентарь, музыкальные инструменты, музыкальное сопровождение.</p>
2.	разучивание простых упражнений на развитие координации	2,5	<p>памяти и внимания</p>	<p>1. Развитие гибкости и чувства терпения</p>	<p>- разучивание простых упражнений на развитие</p>	

				2. Развитие точности и ловкости	координации	
				3. Развитие умения выполнять упражнения по словестной инструкции учителя		

### Игротанцы

1.	Хореографические упражнения	1,5	1. Воспитание физических качеств 2. Улучшение функционального состояния организма	1. Развитие двигательной памяти и внимания 2. Развитие представления о классическом танце	- разучивание классических позиций рук и ног у станка и на середине зала; - разучивание поклона мужского и женского;	Спортивный инвентарь, музыкальные инструменты, музыкальное сопровождение.
2.	Танцевально-ритмическая гимнастика	1,5	1. Воспитание физических качеств 2. Развитие чувства темпа и ритма	1. Развитие сложной координации 2. Развитие умения выполнять упражнения по словестной инструкции учителя	- разучивание простых ОРУ с музыкальными инструментами  - разучивание простейших музыкальных рисунков на бубне, барабане, колокольчике и пр. муз. инструментах	
3.	Ритмические танцы	2	1. Развитие двигательной памяти и внимания средствами танцев	1. Коррекция ориентировки в пространстве 2. Коррекция слухового и зрительного восприятия; 3.	- разучивание простых танцевальных комбинаций, связок и танцев под музыку	

				Формирование положительного эмоционального фона во время занятий.		
<b>Оздоровительная гимнастика</b>						
1.	Пальчиковая гимнастика	2,5		1. Развитие мелкой моторики 2. Развитие речи	- разучивание комплексов пальчиковой гимнастики с речевым сопровождением	Спортивный инвентарь, музыкальные инструменты, музыкальное сопровождение.
2.	Упражнения йоги	2,5	1. Формирования понятия о здоровом образе жизни 2. Развитие двигательной памяти и внимания	1. Развитие представлений о строении тела 2. Развитие двигательной памяти и внимания 3. Формирование умения сосредотачиваться	- разучивание простейших асанов (поз) йоги	
3.	Упражнения на формирование правильной осанки и свода стопы и профилактика их нарушений	3	3. Формирование положительного эмоционального фона	1. Развитие двигательной памяти и внимания	- разучивание комплексов упражнений на формирование правильной осанки  - разучивание комплексов упражнений, направленных на профилактику плоскостопия	
4.	Игровой самомассаж	2		1. Развитие представлений о строении тела 2. Развитие двигательной памяти и	- разучивание комплексов самомассажа	

				внимания		
				3. Формирование умения работать в парах		

### Музыкально-подвижные игры

1.	Игры с пением и речевым сопровождением	4	1. Развитие представлений об окружающем мире 2. Развитие контроля над эмоциональным состоянием (уметь проигрывать, выигрывать)	1. Развитие речи 2. Развитие навыков сотрудничества, умения работать в команде 3. Развитие слухового и зрительного восприятия, оптико-пространственного восприятия 4. Формирование положительного эмоционального фона 5. Развитие двигательной памяти и внимания - развитие фантазийно-образного мышления	- разучивание игр - разучивание стишков, скороговорок и т.п. - следование словесным командам учителя, согласно сюжетно-игровой занятию	Спортивный инвентарь, музыкальные инструменты, журнал инструктажа, музыкальное сопровождение.
2.	Сюжетно-игровые занятия	3	3. Развитие двигательной реакции, точности, ловкости;			

### Итоговый урок

1.	Контрольный урок	1	1. Уметь самостоятельно определять направления движения по словестной инструкции учителя или по	1. Коррекция слухового и зрительного восприятия 2. Развитие оптико-пространственн		Спортивный инвентарь, музыкальные инструменты, журнал инструктажа, музыкальное сопровождение.
----	------------------	---	---	--	--	---

			звучовому сигналу	ого восприятия		е.
				3. Развитие двигательной памяти и внимания		

## 6.2. Тематическое планирование.

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Планируемые результаты
<b>1 класс</b>			
1	Упражнение на ориентировку в пространстве	11	Уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; организованно строиться, выполнять постановку корпуса, знать основные правила постановки корпуса.
2	Ритмико-гимнастические упражнения	6	Уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием ритмико-гимнастических упражнений.
3	Игры под музыку	8	Научатся проявлять эмоциональную отзывчивость, личностное отношение при восприятии и исполнении подвижных игр. Уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений в играх под музыку.
4	Гимнастические упражнения	4	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Уметь выполнять простейшие гимнастические упражнения.
4	Танцевальные упражнения	3	Уметь исполнять основные элементы русской пляски на месте и с продвижением вперед.
5	Всего:	33.	

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Планируемые результаты
<b>2 класс</b>			
1	Упражнение на ориентировку в пространстве	11	Научатся принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения вперед с оттягиванием носка; организованно строиться, ориентироваться в пространстве.
2	Ритмико-гимнастические упражнения	11	Научатся проявлять эмоциональную отзывчивость, личностное отношение при перестроении движений рук и ног. Уметь выполнять перестроение из колонны парами в колонну по одному.
3	Гимнастические упражнения	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Уметь выполнять простейшие гимнастические упражнения.
3	Танцевальные упражнения	5	Уметь исполнять основные элементы русской пляски на месте и с продвижением.
4	Всего:	34 ч.	

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Планируемые результаты
<b>3 класс</b>			
1	Упражнение на ориентировку в пространстве	15	Научатся принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения направленные на координацию движения. Уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; организованно ходить на носках.
2	Ритмико-гимнастические упражнения	3	Уметь чувствовать характер музыки и передавать его со сменой упражнений направленные на расслабление мышц, самостоятельно ускорять и замедлять темп движений
3	Игры под музыку	4	Уметь развивать навыки игры под музыку в энергичном и спокойном темпе, развивать творческие способности в сочетании движения рук и ног в заданном темпе.
4	Танцевальные упражнения	10	Научатся играть в простейшие музыкальные игры с предметами. Уметь использование элементарных умений и навыков при воплощении движения парами: бег, ходьба с приседанием.
5	Всего:	34 ч.	

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Планируемые результаты
<b>4 класс</b>			
1	Упражнение на ориентировку в пространстве	12	Научатся принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения вперед с оттягиванием носка; организованно строиться, ориентироваться в пространстве.
2	Ритмико-гимнастические упражнения	6	Уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием ритмико-гимнастических упражнений.
3	Игры под музыку	3	Научатся играть в простейшие музыкальные игры с предметами. Уметь использование элементарных умений и навыков при воплощении движения парами: бег, ходьба с приседанием.
4	Танцевальные упражнения	11	Научатся играть в простейшие музыкальные игры с предметами. Уметь использование элементарных умений и навыков при воплощении движения парами: бег, ходьба с приседанием.
5	Всего:	34 ч.	

## 7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения



## образовательной деятельности

### Литература

Воронкова В.В. «Программы 1-4 классов», Просвящение 2004г.

Колодницкий Г.А. «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры»: метод. пособие. - Москва, Дрофа, 2003 г.

Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. «Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе». - Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003 г.

Чизбру М., «Йога для ваших детей». – Попурри, 2008г.

Чен Э., «Метод «сиамских близнецов» при обучении детей с двигательными расстройствами». – Инкам, 2005г.

### Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>1.</b>		
	Рабочая программа по ритмике	1
	Комплекты разноуровневых тематических заданий.	1
<b>2</b>	Гимнастика	
	Стенка гимнастическая	12
	Бревно гимнастическое напольное	1
	Бревно гимнастическое высокое	1
	Козел гимнастический	2
	Перекладина гимнастическая	2
	Канат для лазания, с механизмом крепления	2
	Мост гимнастический подкидной	2
	Скамейка гимнастическая жесткая	6
	Маты гимнастические	12
	Мяч набивной (1 кг)	3
	Мяч малый (теннисный)	3
	Скакалка гимнастическая	6
	Мяч малый (мягкий)	6
	Палка гимнастическая	20

	Обруч гимнастический	10
	Канат для перетягивания	1
<b>3</b>	Легкая атлетика	
	Стойки для прыжков в высоту	2
	Рулетка измерительная (10м; 50м)	2
	Палочка эстафетная	4
<b>4</b>	Подвижные и спортивные игры	
	Мячи баскетбольные	8
	Сетка волейбольная	1
	Мячи волейбольные	6
	Мячи футбольные	4
	Насос для мячей	1
	Фишки	20
<b>5</b>	Средства доврачебной помощи	
	Аптечка медицинская	2
<b>6</b>	Спортивный зал игровой	1
<b>7</b>	Кабинет учителя	1
<b>8</b>	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	