



**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга**

Московский пр., дом. 203, лит. А
417 32 10

Тел.:

Обсуждена и согласована

Председатель МО _____

« 26 » августа 2026 г.

Обсуждена и согласована

Заместитель директора по УР

О.А. Авдонина

« 27 » августа 2026 г.

Принята педагогическим советом

школы № 613

Протокол № 1 от

« 31 » августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы № 613

О.Н. Рябова

Приказ № _143_

« 31 » августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету ритмика

7 А КЛАССА

(первого варианта обучения)

Составлена учителем: **Войновой Ларисой Владимировной**
высшей квалификационной категории

Учебный год: 2026-2027
Санкт – Петербург

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

Пояснительная записка к рабочей программе по курсу «Ритмика» 7 класс

Учебный план ГБОУ школа № 613, реализующий адаптированную основную общеобразовательную программу для детей с нарушением интеллекта, разработан с учетом особенностей, обучающихся с нарушением интеллекта:

I вариант – для обучающихся с нарушением интеллекта.

Учебный план разработан с учетом особенностей, обучающихся с нарушением интеллекта и сформирован в соответствии с требованиями:

– Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с нарушением интеллекта утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 (далее – ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями);

– Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28-09-2020 года № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановлением главного государственного санитарного врача РФ № 2 от 28-01-2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» вступает в силу с 01.03.2021 года.

– Приказа о внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 года № 254;

– Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с нарушением интеллекта (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026);

– Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.07.2024 № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы МинПросвещения РФ, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ»;

– Решением педагогического совета ГБОУ школа № 613, Протокол № 3 от 29-12-2021;

– Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ школа № 613.

Цель

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

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 нарушением интеллекта.

Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку; танцевальные упражнения.

Количество часов

Программа рассчитана на 1 час в неделю (согласно учебному плану). При 34 учебных неделях общее количество часов на изучение ритмики в 7 классе составит 34 часа.

1 четверть – 7 часов

2 четверть – 8 часов

3 четверть – 11 часов

4 четверть – 8 часов

Материально техническое обеспечение: Зал, музыкальные инструменты, наглядные и технические средства обучения

Планируемые результаты

Достаточный уровень: самостоятельно, без помощи учителя	Минимальный уровень: с помощью учителя
Обучающиеся должны знать/понимать: основные правила поведения, значение ритмики; команды: «Становись!», «Смирно!», «Встать!», «Остановились!», «Повернулись!»; основные музыкальные инструменты.	Обучающиеся должны знать/понимать: основные правила поведения; основные музыкальные инструменты.
Должны уметь: принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; организованно строиться (быстро, точно); самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; сохранять правильную дистанцию в колонне парами; соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями. Проявлять осознанный интерес к занятиям по ритмике; уметь взаимодействовать в коллективе, выполнять инструкции учителя.	Должны уметь: готовиться к занятиям, находить свое место в строю, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге; ходить свободным шагом, двигаться по залу в разных направлениях; ритмично выполнять несложные движения руками и ногами

Основной формой работы по ритмике в школе является коррекционное занятие.

Все занятия включают в себя: повторение правил по технике безопасности на уроках по ритмике, теоретические занятия и практическую работу, направленные на решение цели и задач программы.

Содержание:

Программа по ритмике состоит из следующих разделов:

- 1.«Упражнения на ориентировку в пространстве»
- 2.«Ритмико-гимнастические упражнения»
- 3.«Упражнения с детскими музыкальными инструментами»
- 4.«Игры под музыку»
- 5.«Танцевальные упражнения»
6. «Пальчиковые, речевые упражнения с движением»

**Календарно-тематическое планирование по ритмике
на 2026-2027 учебный год 7 класс**

№п/п	Тема	Кол- во часов.	Планируемая дата	Факт-ая дата
1.	Танцевально-песенное приветствие. Техника безопасности. Введение в предмет. Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	07.09.2026	
2	Танцевально-песенное приветствие. Техника безопасности. Введение в предмет. Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	14.09.2026	
3.	Ритмико-гимнастические упражнения Музыкально-ритмические движения с элементами Тай-Бо Дыхательные упражнения.	1	21.09.2026	
4	Ритмико-гимнастические упражнения Музыкально-ритмические движения с элементами Тай-Бо Дыхательные упражнения.	1	28.09.2026	
5	Ритмические упражнения с мячом. Ритмические упражнения с дисками равновесия. Релаксирующие упражнения.	1	05.10.2026	
6.	Ритмические упражнения с мячом. Ритмические упражнения с дисками равновесия. Релаксирующие упражнения.	1	12.10.2026	
7.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой. Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1	19.10.2026	
8.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой. Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1	09.11.2026	
9.	Упражнения на координацию движений и ориентацию в пространстве. Музыкально-ритмические движения с элементами Тай-Бо.	1	16.11.2026	
10	Упражнения на координацию движений и ориентацию в пространстве. Музыкально-ритмические движения с элементами Тай-Бо.	1	23.11.2026	
11.	Понятия: быстро, медленно, громко, тихо, ритм. Музыкально-ритмическая и речевая игра.	1	30.11.2026	
12.	Понятия: быстро, медленно, громко, тихо, ритм. Музыкально-ритмическая и речевая игра.	1	07.12.2026	

13.	Подготовительные упражнения к танцам. Музыкально-ритмические движения с элементами Рок-н-ролла.	1	14.12.2026	
14.	Подготовительные упражнения к танцам. Музыкально-ритмические движения с элементами Рок-н-ролла.	1	21.12.2026	
15.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра	1	28.12.2026	
16	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.	1	11.01.2027	
17	Упражнения ритмической гимнастики: без предметов, с гимнастической палкой. Специальные ритмические упражнения.	1	18.01.2027	
18	Упражнения ритмической гимнастики: без предметов, с гимнастической палкой. Специальные ритмические упражнения.	1	25.01.2027	
19	Упражнения ритмической гимнастики. Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	01.02.2027	
20.	Упражнения ритмической гимнастики. Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	08.02.2027	
21	Понятие о фразе и предложении в музыке. Упражнения ритмической гимнастики с Короткой скакалкой. Музыкально-ритмические движения с элементами Рок-н-ролла.	1	15.02.2027	
22	Понятие о фразе и предложении в музыке. Упражнения ритмической гимнастики с Короткой скакалкой. Музыкально-ритмические движения с элементами Рок-н-ролла.	1	22.02.2027	
23	Музыкально-ритмические игры и упражнения на внимание и умение менять ритм в танце (в движении) при смене музыкальной композиции	1	01.03.2027	
24	Музыкально-ритмические игры и упражнения на внимание и умение менять ритм в танце (в движении) при смене музыкальной композиции	1	08.03.2027	
25	Знакомство с ударными музыкальными инструментами. Прохлопывание ритма песен. Дыхательные и расслабляющие упражнения	1	15.03.2027	

26	Знакомство с ударными музыкальными инструментами. Прохлопывание ритма песен. Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	22.03.2027	
27	Передача характера музыки в движении. Ритмическая гимнастика с элементами балета.	1	05.04.2027	
28	Передача характера музыки в движении. Ритмическая гимнастика с элементами балета.	1	12.04.2027	
29	Маршевая и танцевальная музыка. Воспроизведение ритма с помощью ударных и шумовых инструментов.	1	19.04.2027	
30	Маршевая и танцевальная музыка. Воспроизведение ритма с помощью ударных и шумовых инструментов.	1	26.04.2027	
31	Музыкально-ритмические движения с элементами Степ-аэробики. Дыхательные упражнения.	1	03.05.2027	
32	Музыкально-ритмические движения с элементами Степ-аэробики. Дыхательные упражнения.	1	10.05.2027	
33	Музыкально-ритмическая зарядка. Подвижные игры под музыку.	1	17.05.2027	
34	Музыкально-ритмическая зарядка. Подвижные игры под музыку.	1	24.05.2027	

- Темы занятий, порядок их реализации, подбор упражнений и оборудования для занятий могут быть изменены в соответствии с особенностями группы (класса) детей, индивидуальных потребностей для коррекции и развития учащихся.

Используемый учебно-методический комплект для учителя (учебников для учащихся нет)

В соответствии с образовательной программой школы использован следующий учебно-методический комплект:

УМК рекомендован министерством образования РФ и входит в федеральный перечень учебников. Комплект реализует федеральный компонент учебного плана по ритмике.

Основной

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный, 1-4 классы, под ред. Воронковой В.В. – М: Просвещение, 2013
2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 0-4 классы, под ред. И.М.Бгажноковой – М: Просвещение, 2011

Дополнительный

1. Хрестоматия музыкального материала программы «Музыкальное воспитание детей в системе арттерапии», О.Кацер
2. Пальчиковая гимнастика, сост. Иванов А.А., Рудашевская О.В. - СПб: центр развития детей «Анима», 2007
3. Упражнения для психомоторного развития дошкольников, А.Л.Сиротюк - М: Аркти, 2008
4. Будем лучше говорить, чисто и красиво, сост. Иванов А.А., Рудашевская О.В. - СПб: центр развития детей «Анима»
5. Музыкальная планета, сост. Иванов А.А., Рудашевская О.В. - СПб: центр развития детей «Анима»
6. Детские песни, сост. Иванов А.А., Рудашевская О.В. - СПб: центр развития детей «Анима»
7. У нашего двора нет веселья конца!, сборник сценариев праздников и музыкальных. Рытов - СПб: Музыкальная палитра, 2006 + CD
8. Русская песня для детей, ред. С.Д.Ермолаев, сост. К.Л.Обухова - СПб: «Детство»
9. Музыка и движение, Бекина С.И. - М: «Просвещение», 1983
10. Ритмика. Музыкальное движение, Руднева С., Фиш Э. - М: «Просвещение», 1972
11. С песенкой по лесенке, Бырченко Т. - М: «Советский композитор», 1984
12. Музыкальное и физическое воспитание на занятиях ритмикой, Чибрикова-Луговская А.Е. - М: «Классик стиль», 2003
13. Музыкальная ритмика, Затымина Т.А., Стрепетова Л.В. - М: «Планета», 2009
14. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей, Франио Г. - М: «Советский композитор», 1989

Интернет-ресурсы:

№	Наименование	Ссылка
1	Официальный сайт А.Пахмутовой	http://www.pakhmutova.ru/
2	Музей муз.культуры имени М.И.Глинки	http://www.glinka.museum
3	Энциклопедия муз. инструментов	http://eomi.ws/bowed/
4	Виртуальная ударная установка	http://www.buckle.com/static/bscene/games/drums/drums.html
5	Авторская песня	http://www.bard.ru/
6	Песни из кинофильмов	http://songkino.ru/
7	On-line метроном	http://www.metronomeonline.com
8	Нотная библиотека Бориса Тараканова	http://notes.tarakanov.net/index.htm

10	«Основы православной культуры», 4 класс. Мультимедийное пособие к рабочей тетради. Составитель - Т.А.Берсенева, оформл.- А.С.Григорьев, общ.ред.- священник А.А.Мороз,СПб,2013г	DVD к методическому пособию
11	Детская музыкальная группа «Непоседы»	http://neposedi.narod.ru/
12	Детская музыкальная группа «Волшебники двора»	http://www.volshebnikidvora.ru
13	Наши старые добрые Детские песни!	https://vk.com/detki_pesni
14	Детские песни и минусовки к ним	https://vk.com/club18660040
15	Детские песни Ирины Конвенан	https://vk.com/club5666009
16	Классическая музыка	https://vk.com/classicmusic
17	Хранители сказок - детские песни,стихи,сказки	https://vk.com/hraniteli_skazok

