

Утверждена приказом  
№ 193 от «01» сентября 2023 года

**Рабочая программа**  
**учебного курса внеурочной деятельности**  
**«Ритмика» (коррекционный курс)**  
**для учащихся 5 класса**  
**на 2023-2024 учебный год**

Составитель: Скиба Н.А.  
учитель технологии

с. Шумилиха  
2023 г

## Пояснительная записка

### Актуальность и назначение программы

Программа разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего общего образования, федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования в урочной и внеурочной деятельности.

Нормативную правовую основу настоящей рабочей программы курса внеурочной деятельности составляют следующие документы:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64101).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69675).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74223)
- Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных ФГОС начального общего и основного общего образования, направленными письмом Минпросвещения от 05.07.2022 № ТВ-1290/03
- План внеурочной деятельности основного общего образования Шумилихинской СОШ филиала МКОУ «Ребрихинская СОШ»
- рабочая программа воспитания Шумилихинской СОШ филиала МКОУ «Ребрихинская СОШ».

Программа курса «Ритмика» составлена из расчёта 34 учебных часа — по 1 ч в неделю в 5 классе

Срок реализации программы — один год.

**Цель коррекционного курса «Ритмика»:** осуществление коррекции недостатков психического и физического развития детей с умственной отсталостью средствами

музыкально-ритмической деятельности.

### ***Задачи курса:***

- развивать умение слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развивать координацию движений, чувства ритма, темпа, корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;
- овладевать музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально – ритмические рисунки, импровизации);
- овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- корректировать имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие.

Основное содержание учебного материала - это упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера та как, одна из задач работы - развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится **коррекционная работа**, которая включает следующие направления:

***Совершенствование движений и сенсомоторного развития:*** развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики.

***Коррекция отдельных сторон психической деятельности:*** коррекция – развитие

восприятия, представлений, ощущений; коррекция – развитие двигательной памяти; коррекция – развитие внимания.

***Развитие различных видов мышления:***

развитие наглядно-образного мышления;

развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логически связи между предметами, явлениями и событиями).

***Развитие основных мыслительных операций:***

развитие умения сравнивать, анализировать;

развитие умения выделять сходство и различие понятий.

***Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:***

развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца;

формирование умения преодолевать трудности;

воспитание самостоятельности принятия решения;

формирование устойчивой и адекватной самооценки;

формирование умения анализировать свою деятельность.

***Коррекция – развитие речи:*** развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

**Основной формат внеурочных занятий «Ритмика» – кружок**

**Взаимосвязь с программой воспитания**

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом федеральных образовательных программ основного общего и среднего общего образования

**Ценностное наполнение внеурочных занятий**

Внеурочные занятия входят в общую систему воспитательной работы образовательной организации, поэтому тематика и содержание обеспечивают реализацию их назначения и целей: осуществление коррекции недостатков психического и физического развития детей с умственной отсталостью средствами музыкально-ритмической деятельности.

**Содержание коррекционного курса «Ритмика»**

**1. Упражнения на ориентирование в пространстве (6 ч)**

Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Из кругов в звездочки и карусели.

Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

## **Ритмико-гимнастические упражнения (12ч)**

### *Общеразвивающие упражнения*

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях. Наклоны и повороты туловища вправо, влево. Приседания с опорой и без опоры, с предметами. Упражнения на выработку осанки.

### *Упражнения на координацию движений*

Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Упражнения под музыку. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

### *Упражнения на расслабление мышц*

Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

## **2. Координация движений, регулируемых музыкой (3 ч)**

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

## **Игры под музыку (6 ч)**

Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка музыкальных сказок, песен.

## **3. Танцевальные упражнения (7 ч)**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами,

кружением, хлопками.

## **Планируемые результаты освоения программы внеурочных занятий «Ритмика»**

**Предметные** результаты освоения предмета «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 с согласия родителей (законных представителей) образовательная организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на 2 вариант образовательной программы

### **Минимальный уровень:**

- представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; в
- выполнение несложных упражнений под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр;
- участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- выполнение ритмических комбинаций движений на уровне возможностей обучающихся;
- усвоить простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);
- определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.

### Достаточный уровень:

- выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;
- согласовывать музыку и движение;
- самостоятельное выполнение комплексов упражнений;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя (бег, ходьба, прыжки и др.);
- подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений, совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки (напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.);
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем, задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения.

**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:

- ✓ сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные,

учебно- познавательные и внешние мотивы;

✓ любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки;

✓ умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать

ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрасченность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену



музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Учащиеся должны уметь:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- 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.

### Характеристика базовых учебных действий обучающихся

Личностные базовые учебные действия	-эмоциональная отзывчивость на музыку; -любовь к родине, к русской народной музыке; - учебно – познавательный интерес к новому учебному материалу; - мотивация к разным видам музыкальной деятельности; - основа для формирования ЗОЖ, организация культурного досуга.
Регулятивные базовые учебные действия	- выполнять задания, оценивать результаты своей деятельности; - корректировать собственное исполнение; - формирование волевых усилий; - воспринимать мнение сверстников и взрослых;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать участие в музыкальных инсценировках.</li> </ul>
<p>Познавательные базовые учебные действия</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспринимать музыку, выражать свое отношение к музыкальным произведениям;</li> <li>- расширить свои представления о жанре и характере музыки;</li> <li>- выявлять настроения и чувства, выражаемые в музыке;</li> <li>- эмоциональное сопереживание музыке.</li> </ul>
<p>Коммуникативные базовые учебные действия</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- высказывать свое мнение о музыке (монолог, диалог);</li> <li>- задавать вопросы;</li> <li>- проявлять творческую активность в процессе хорового пения, коллективной творческой деятельности;</li> <li>- эмоционально выражать свое отношение к музыкальным произведениям.</li> </ul>

**Тематическое планирование  
учебного курса внеурочной деятельности «Ритмика»**

№ ур ок а	Тема	Кол-во часов	ЭОР
у 1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в круг из шеренги, цепочки	1	<a href="https://infourok.ru/ritmika-gimnasticheskie-uprazhneniya-na-orientirovku-v-prostranstve-6544157.html">https://infourok.ru/ritmika-gimnasticheskie-uprazhneniya-na-orientirovku-v-prostranstve-6544157.html</a>
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели	1	
3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.	1	
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/korrektcionnaya-pedagogika/library/2020/02/01/ritmiko-gimnasticheskie-uprazhneniya-na-3">https://nsportal.ru/shkola/korrektcionnaya-pedagogika/library/2020/02/01/ritmiko-gimnasticheskie-uprazhneniya-na-3</a>
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч	1	
6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы	1	<a href="https://multiurok.ru/files/kompleks-uprazhnenii-po-ritmicheskoi-gimnastike.html">https://multiurok.ru/files/kompleks-uprazhnenii-po-ritmicheskoi-gimnastike.html</a>
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку. РК	1	

8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах и махами рук с одновременным расслаблением.	1	
9	Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/korrektcionnaya-pedagogika/library/2020/02/01/ritmiko-gimnasticheskie-uprazhneniya-na">https://nsportal.ru/shkola/korrektcionnaya-pedagogika/library/2020/02/01/ritmiko-gimnasticheskie-uprazhneniya-na</a>
10	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка	1	<a href="https://infourok.ru/kartoteka-muzikalno-tvorcheskih-igr-i-uprazhneniy-s-elementami-muzikalnoy-terapii-dlya-detey-s-ovz-3576859.html">https://infourok.ru/kartoteka-muzikalno-tvorcheskih-igr-i-uprazhneniy-s-elementami-muzikalnoy-terapii-dlya-detey-s-ovz-3576859.html</a>
11	Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей	1	
12	Танцевальные упражнения. Галоп	1	
13	Танцевальные упражнения. Круговой галоп	1	
14	Танцевальные упражнения. Присядка	1	
15	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски. РК	1	
16	Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей.	1	<a href="https://infourok.ru/kartoteka-muzikalno-tvorcheskih-igr-i-uprazhneniy-s-elementami-muzikalnoy-terapii-dlya-detey-s-ovz-3576859.html">https://infourok.ru/kartoteka-muzikalno-tvorcheskih-igr-i-uprazhneniy-s-elementami-muzikalnoy-terapii-dlya-detey-s-ovz-3576859.html</a>
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели	1	
18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	1	
19	Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения	1	

20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук	1	
21	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища	1	
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног.	1	
23	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1	<a href="https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-zanyatiya-formirovanie-pravilnoj-osanki-ispolzuya-uprazhneniya-lfk-dlya-detej-s-ovz-10-13-let-4477063.html">https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-zanyatiya-formirovanie-pravilnoj-osanki-ispolzuya-uprazhneniya-lfk-dlya-detej-s-ovz-10-13-let-4477063.html</a>
24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков	1	<a href="https://infourok.ru/razrabotka-ritmoplasticheskikh-kompozicij-dlya-urokov-ritmiki-v-shkole-dlya-detej-s-ovz-4424583.html">https://infourok.ru/razrabotka-ritmoplasticheskikh-kompozicij-dlya-urokov-ritmiki-v-shkole-dlya-detej-s-ovz-4424583.html</a>
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. РК	1	
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя	1	
27	Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.	1	
28	Игры под музыку. Начало движения.	1	
29	Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений.	1	
30	Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.	1	
31	Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	1	<a href="https://externat.foxford.ru/polezno-znat/poleznye-igry-i-uprazhneniya-dlya-detey-s-ovz">https://externat.foxford.ru/polezno-znat/poleznye-igry-i-uprazhneniya-dlya-detey-s-ovz</a>

32	Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями.	1	<a href="https://infourok.ru/kartoteka-muzikalno-tvorcheskih-igr-i-uprazhneniy-s-elementami-muzikalnoy-terapii-dlya-detey-s-ovz-3576859.html">https://infourok.ru/kartoteka-muzikalno-tvorcheskih-igr-i-uprazhneniy-s-elementami-muzikalnoy-terapii-dlya-detey-s-ovz-3576859.html</a>
33	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1	
34	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1	

### **Материально-техническое обеспечение**

1. М.А. Касицина, И.Г, Бородина «Коррекционная ритмика».- М.: 2005 год.
2. М.И. Чистякова. Психогимнастика. - М.: 1995 год.
3. Е.А.Медведевой (под редакцией) «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика»- М.: 2002 год.
4. Е.А. Пожиленко «Артикуляционная гимнастика».- С-П.: 2006.
5. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». – М.: МГИУ, 2008.
6. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». – М.:  
Издательство «Глобус», 2009.
7. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». – М.: ВЛАДОС, 2008.
8. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». – М.: ВАКО,2007.
9. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». – М., 2008.

### **Интернет-ресурсы**

1. Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР) по предмету «Музыка». – Режим доступа:<http://www.school-collection.edu.ru/>
2. «Ритмика и танец». [http://dyagilev.arts.mos.ru/education\\_activities/programs](http://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs)
3. Учитель.ru (<http://teacher.fio.ru>)
4. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная  
<https://www.twirpx.com/file/2705930/>
5. Нужные книги. Ритмика. <http://asv.school5-kstovo.edusite.ru/p7aa1.html>
6. Игровая ритмика для детей [https://vk.com/game\\_dance](https://vk.com/game_dance)
- 7.Ритмичные игры онлайн для детей. <https://gamaverse.ru/c/rhythm/>
- 8.Музыкальные игры онлайн для детей. <https://allforchildren.ru/online/music.php>

9. Зачем ребенку нужны занятия ритмикой.

<https://zen.yandex.ru/media/welovedance/zachem-rebenku-nujny-zaniatia-ritmikoi-5c648bbf553e5800ad2111fd>

10. «Все о ритмике для родителей» <https://infourok.ru/konsultaciya-vse-o-ritmike-dlya-roditelej-5275483.html>

11. Что такое ритмика и ее польза для развития детей.

<https://www.defectologiya.pro/zhurnal>

[cto\\_takoe\\_ritmika\\_i\\_v\\_chem\\_eyo\\_polza\\_dlya\\_razvitiya\\_doshkolnikov/](https://www.defectologiya.pro/zhurnal/cto_takoe_ritmika_i_v_chem_eyo_polza_dlya_razvitiya_doshkolnikov/)

12. Особенности использования ритмики на занятиях в младшем школьном возрасте

<https://nsportal.ru/npo-spo/kultura-i-iskusstvo/library/2019/04/23/osobennosti-ispolzovaniya-ritmiki-na-zanyatiyah-v>