

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Юрьев-Польский районный Центр внешкольной работы»

РЕКОМЕНДОВАНО  
Педагогическим советом  
Протокол №   5    
от 08 августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
\_\_\_\_\_ Е.А. Минеева  
08 августа 2024 г.

**Дополнительная  
общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Основы хореографии»  
*художественной направленности*  
*Адаптированная***

Возраст детей: 10- 15 лет.  
Срок реализации программы: 2 года.  
Автор программы:  
Батуева Светлана Станиславовна,  
педагог дополнительного образования.

г. Юрьев-Польский

2024 г.

## **Пояснительная записка**

Дополнительная образовательная программа «Основы хореографии» имеет художественную направленность и является адаптированной программой дополнительного образования. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана как целостная система введения «особых детей» в художественную культуру и направлена на общекультурное развитие личности, улучшение художественного и эстетического воспитания обучающихся с ОВЗ. Программа имеет базовый уровень сложности.

Детство – это уникальный период развития человека. Период, когда дети бесконечно нам верят, искренне раскрывают нам свои чувства, мечты. Наша задача – терпеливо, радостно и доброжелательно ввести малышей в огромный, окружающий их мир, дать им увидеть, понять и полюбить самое ценное в этом мире, пробудить в них творческое начало.

В учреждениях дополнительного образования с разветвленной сетью детских объединений по интересам, студий, формируется та необходимая среда, которая служит ребенку для свободного проявления своей индивидуальности, саморазвития и самореализации. Указанные педагогические задачи успешно могут решаться в условиях детских хореографических коллективов.

Танец, мимика и жест, как и музыка, являются одним из древнейших способов выражения чувств и переживаний, создания художественного образа, для которого очень важно умение владеть телом. Это умение формируется на уроках хореографии.

Язык жеста столь же непереволим на язык вербальных определений, сколь язык музыки, потому что оба эти вида коммуникации являются функцией деятельности правого полушария мозга, ответственного за целостное, эмоционально – образное восприятие мира.

С медицинской точки зрения, детям с ОВЗ хореография является своеобразной танцевальной терапией – устранение дефекта осанки (сколиоз), борьба с гиподинамией.

### **Программа написана в соответствии с предъявляемыми требованиями:**

- ❖ она соответствует Закону Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации».
- ❖ учитывает возрастные и физиологические особенности детей с различными способностями и различным состоянием здоровья.
- ❖ создает условия для развития личности ребенка, его творческих способностей.

### **Актуальность программы**

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заключается в том, что она направлена на коррекцию недостатков личностного, психического и физического развития детей с ОВЗ посредством музыкально – танцевальной деятельности. Большое значение в воспитании поколения играет развитие навыков общей культуры, поведения и общения. В образовательном учреждении всегда актуальна потребность в танцевально-хореографических коллективах.

### **Отличительные особенности**

Отличительной особенностью данной программы является то, что она направлена на общекультурное и личностное развитие детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ).

Обучение «особых» детей по данной программе проходит, как творческий процесс, на занятиях используется метод танцетерапии – это особый вид кинезитерапии, способный передать окружающую действительность при помощи музыки, «образов» - движений, пластики тела [10].

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основании опыта специалистов в области специальной педагогики, учтены существующие нормативные документы и методическая литература.

На занятиях используются упражнения, которые являются средством коррекции и реабилитации. Они восстанавливают функции моторной сферы, способствуют регуляции мышечно-физиологического тонуса, решают проблемы гиподинамии, а также имеют психотерапевтическое воздействие (устраняют нарушения психических процессов, коммуникативной, эмоционально-волевой сферы, снимают психоэмоциональное напряжение).

Программа приобщает детей к музыкальному искусству через танец, самый доступный для всех детей активный вид музыкальной деятельности. Танец является одним из факторов психического, физического и духовного исцеления детей с ОВЗ, а значит, помогает решить задачу охраны здоровья детей. Также программа ориентирует детей с ОВЗ на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности.

Новизна программы состоит в том, что через объединение танца с ритмикой происходит одновременное развитие и физических качеств, и творческих способностей «особых» детей, а также их социализация в современном обществе. Танец – это музыкально-пластическое искусство. Как всякий вид искусства танец отражает окружающую жизнь в художественных образах. Двигаясь под музыку, разучивая различные движения и танцы, дети с ОВЗ учатся понимать и создавать прекрасное. На занятиях развивается образное мышление и фантазия. Хореография обладает огромным воздействием для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

#### **Адресат программы.**

Программа предназначена для детей 10-15 лет. Группа формируется из обучающихся с ОВЗ умственная отсталость (интеллектуальные нарушения).

Дети с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обладают хорошим вниманием и хорошей механической памятью, способны обучаться по специальной программе. Они приобретают речевые навыки с некоторой задержкой, большинство из них овладевают способностью использовать речь в повседневных целях, поддерживать беседу и участвовать в беседе. Слово не используется в полной мере как средство общения. Имеются затруднения в оформлении своих мыслей, передаче содержания прочитанного или услышанного. В некоторых случаях отмечаются признаки общего речевого недоразвития.

Сужение и замедление зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений и восприятий затрудняют создание адекватной ориентировки в окружающей среде. Недостаточное развитие восприятия не позволяет получить правильное представление о том, что находится вокруг умственно отсталого человека и кто такой он сам.

Произвольное внимание нецеленаправленное, требуются большие усилия для его привлечения, фиксации, оно нестойкое, легко истощается, характеризуется повышенной отвлекаемостью.

Мышление конкретное, стереотипное, ограниченное непосредственным опытом и необходимостью обеспечения своих сиюминутных потребностей, непоследовательное и не критичное. Слаба регулирующая роль мышления в поведении, способность к отвлеченным процессам снижена.

Память отличается замедленностью и непрочностью запоминания, быстротой забывания, неточностью воспроизведения. Наиболее неразвитым оказывается логическое опосредованное запоминание. В то же время механическая память может оказаться сохранной или даже хорошо сформированной. Эмоции недостаточно дифференцированы, неадекватны.

У детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с трудом формируются высшие чувства: гностические, нравственные, эстетические и др. Настроение неустойчивое.

Произвольная активность отличается слабостью побуждений, недостаточностью инициативы, безудержностью побуждений, внушаемостью и упрямством, слабостью социальных, личностных мотивов. Необходимые решения нередко принимаются по типу короткого замыкания. Поступки недостаточно целенаправленны, импульсивны, отсутствует борьба мотивов.

Психомоторное недоразвитие проявляется в замедлении темпа развития моторных функций, в непродуктивности и недостаточной целесообразности последовательных движений, в двигательном беспокойстве и суетливости. Движения бедны, угловаты, недостаточно плавны. Особенно плохо сформированы тонкие и точные движения, а также жестикация и мимика. Она характеризуется несформированными познавательными процессами. Мышление конкретное, непоследовательное, тугоподвижное и, как правило, неспособное к образованию отвлеченных понятий. Одни из них добродушны и приветливы. Другие раздражительны, злобны, агрессивны. Третьи упрямы, лживы, ленивы, склонны к импульсивным поступкам.

Объем программы — 68 часов.

Форма обучения – очная.

Виды занятий – практикумы, концерты.

Срок освоения программы — по 34 учебных недели в течении двух лет, 9 месяцев ежегодно. Объем программы – 68 часов.

Режим занятий. Занятия не должны быть более 30 минут ( 40 минут для индивидуальных занятий) один раз в неделю.

### **Цель и задачи программы**

Цель программы – развитие и укрепление творческих и физических способностей обучающихся с ОВЗ через овладение ими различными техниками музыкально-ритмичных движений, танцев, упражнений, приобщение детей к танцевальному искусству.

Задачи программы:

### **Образовательные:**

1. обучить детей с танцевальным движениям;

2. формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
3. формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
4. формировать умение ориентироваться в пространстве.

#### **Воспитательные:**

5. развить у детей с ОВЗ активность и самостоятельность, коммуникативные способности;
6. формировать общую культуру личности «особого» ребенка, способность ориентироваться в современном обществе;
7. формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
8. Создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

#### **Развивающие:**

9. развить творческие способности детей с ОВЗ;
10. развить музыкальный слух и чувство ритма;
11. развить воображение, фантазию.

#### **Оздоровительные:**

12. укрепление здоровья детей с ОВЗ;
13. способствовать формированию правильной постановки корпуса, рук, ног, головы;
14. содействовать развитию адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Учебный план**

Группа 1-го года обучения (10-12 лет).

Хореографическая деятельность первого этапа включает - освоение азов ритмики, изучение простейших элементов партерной гимнастики, изучение танцевальных элементов, применяя игровые технологии, исполнение простых танцевальных композиций и танцев.

Задачи:

1. Изучение индивидуальных особенностей, возможностей и способностей детей с ОВЗ.
2. Воспитание устойчивого интереса и любви к занятиям.

Группа 2-го года обучения (12-15 лет).

Хореографическая деятельность второго этапа включает - закрепление азов ритмики и усложнение материала по партерной гимнастике, постановочная деятельность на основе изученных танцевальных движений.

Задачи:

1. Закрепить основные упражнения, используемые в ритмике.
2. Научиться выполнять сложные упражнения по партерной гимнастике.

№	Название раздела. Темы занятий.	Количество часов 1 года обучения			Количество часов 2 года обучения			Формы аттестации
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие.	1	-	1	1		1	Педагогическое наблюдение
2.	Музыкальная грамота	1-	5	6	1	7	8	
3.	Танцевальная азбука.	1	12	13	1	10	11	
4.	Танцевально-ритмические движения	1	12	13	1	11	12	
5.	Итоговое занятие		1-	1		2	2	Зачет
	<b>Всего:</b>	<b>2</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	

### Содержание учебного плана

#### Раздел «Музыкальная грамота» :

Характер музыкального произведения.

Строение музыкального произведения.

Длительность и ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер. Музыкальная азбука.

Как стать сильным, быстрым, здоровым, спортивным в жизни. Личная и общественная гигиена.

#### Раздел «Танцевальная азбука» :

Постановка корпуса.

Положения и позиции рук.

Позиции ног.

Хореография.

Музыкальные игры на метроритм и строение музыкальной фразы.

#### Раздел «Танцевально - ритмичные движения» :

Ходьба, бег, подскоки, прыжки под музыку.

Передача в движении шагом различного характера музыки, ритмичного темпа, различной силы звучания.

Перестроения в соответствии с изменением звучания музыки (ходьба, бег) друг за другом, по одному, врассыпную, построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг.

Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения на носках, пятках, с прыжком; шаг (подскоки) на месте, вокруг себя, вправо, влево.

Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений (приседания, полуприседания, наклоны вперед, вправо, влево, назад, галоп).

Игры, эстафеты, упражнения с предметами: мячом, обручем, скакалкой, гимнастической палкой. Прыжки и шаги под музыку через скакалку, палку.

Исполнение простых ритмических рисунков.

Импровизация движений на музыкальные темпы, игры под музыку

Свободное естественное движение под четко ритмическую музыку.

Изменение направления и формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки.

Простейшие подражательные движения под музыку.

Упражнения для шеи, плечевого сустава, корпуса, ног

Упражнения для развития подвижности ног.

Построение и перестроение групп.

Перестроения из одного рисунка в другой.

Фигурная маршировка.

Освоение основных движений и элементов танцев.

Элементы марша, бега, прыжков.

Элементы аэробики.

Музыкальные упражнения и игры на разные темпы музыкальных произведений и динамику.

Подвижные и музыкальные игры.

## КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график.

Количество учебных недель	Количество учебных дней	Продолжительность каникул	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года
34	34	Зимние каникулы 10 дней	1 сентября	31 мая
34	34	Зимние каникулы 10 дней	1 сентября	31 мая

### Материально-технические условия.

Занятия хореографией должны проходить в просторном, проветренном классе. Прикрепляемая вдоль стены палка (станок) должна соответствовать росту, находиться на уровне талии или чуть выше. Опоры устанавливаются напротив зеркал. При занятиях зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, стройности, осанки, красоту позы. Оно отмечает и ошибки, и достижения. Обувь должна быть легкой, облегчающей свободу движений (балетки). Форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений (ласины и купальник). Волосы аккуратно причесаны и собраны в

пучок. Занятие должно проводиться под аккомпанемент, что способствует музыкальному образованию детей.

Оборудование: музыкальная аппаратура, видеоматериал, реквизит для танцев, зеркала, гимнастические коврики.

- танцевальный станок- 2 шт.;
- зеркальная стена- 2 шт.
- репетиционная форма;
- музыкальная аппаратура – 1 шт.;
- коврики- 15 шт.; 1шт. на 1 человека.
- комплекты костюмов (в соответствии с тематикой постановки).
- компьютер

### **Кадровое обеспечение**

Педагог дополнительного образования. Имеет среднее профессиональное образование, соответствующее профилю дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы и аттестованным на соответствие занимаемой должности. Осуществляет дополнительное образование в соответствии с программой, развивает личность обучающегося.

### **Формы аттестации:**

Зачет.

### **Оценочные материалы.**

#### **Первый год обучения.**

<b>Чувство музыкального ритма.</b>	
Начало года	Конец года
<p><i>Хлопки под музыку.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку.</p> <p>2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога.</p> <p>0 баллов – не может хлопать под музыку.</p>	<p><i>Выделить хлопками сильные доли в музыке.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выделяет сильные доли в музыке.</p> <p>2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога.</p> <p>0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.</p>
<p><i>Смена движений со сменой частей музыки.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки.</p> <p>2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога.</p>	<p><i>Прохлопать ритмический рисунок под музыку.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку.</p> <p>2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога.</p>



0 баллов – не слышит части музыки.	0 баллов – не может хлопать под музыку.
	<p><i>При помощи движений выделить смену частей музыки.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки.</p> <p>2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не слышит части музыки.</p>

<b>Эмоциональная отзывчивость.</b>	
Начало года	Конец года
<p><i>Упражнение «О чем рассказывает музыка».</i></p> <p>3 балла – выразительно передает заданные образы.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданные образы.</p>	<p><i>Упражнение «Листок».</i></p> <p>3 балла – выразительно передает заданный образ.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданный образ.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ.</p>
<p><i>Упражнение «Птичий двор».</i></p> <p>3 балла – выразительно передает заданный образ.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданный образ.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ.</p>	<p><i>Упражнение «В гостях у сказки».</i></p> <p>3 балла – выразительно передает заданные образы.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданные образы.</p>

<b>Танцевальное творчество.</b>	
Начало года.	Конец года.
<p><i>1. Повторить за педагогом танцевальные движения.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальные движения.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет</p>	<p><i>Исполнить танцевальную комбинацию.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию, допуская</p>

<p>танцевальные движения, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет танцевальные движения, допуская значительные неточности</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальные движения.</p>	<p>небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет, танцевальную комбинацию при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию.</p>
	<p><i>Выбрать движения согласно музыкальному материалу.</i></p> <p>3 балла – правильно выбирает движения.</p> <p>2 балла – выбирает движения, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – выбирает движения при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может выбрать движения.</p>
	<p><i>Придумать танцевальную комбинацию на заданную музыку.</i></p> <p>3 балла – легко придумывает комбинацию, не путает стили музыки.</p> <p>2 балла – придумывает комбинацию, но иногда требуется подсказка педагога.</p> <p>1 балл – затрудняется в придумывании танцевальной комбинации.</p> <p>0 баллов – не может придумать комбинацию.</p>

## Второй год обучения.

<b>Чувство музыкального ритма.</b>	
Начало года	Конец года
<p><i>Прохлопать и протопать ритмический рисунок под музыку.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выполняет ритмический рисунок под музыку.</p> <p>2 балла – выполняет ритмический рисунок под музыку с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – выполняет ритмический рисунок под музыку с помощью педагога.</p> <p>0 баллов – не может выполнить</p>	<p><i>Упражнение «Круг друзей»</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выделяет сильные и слабые доли в музыке, может безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта.</p> <p>2 балла – выделяет сильные и слабые доли в музыке с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – выделяет сильные и слабые доли в музыке с помощью педагога.</p> <p>0 баллов – не может выделить сильные и слабые доли в музыке.</p>

ритмический рисунок под музыку.	
<p><i>Выделить хлопками сильные доли в музыке.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выделяет сильные доли в музыке.</p> <p>2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога.</p> <p>0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.</p>	<p><i>Прохлопать ритмический рисунок под музыку.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выполняет ритмический рисунок под музыку.</p> <p>2 балла – выполняет ритмический рисунок под музыку с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – выполняет ритмический рисунок под музыку с помощью педагога.</p> <p>0 баллов – не может выполнить ритмический рисунок под музыку.</p>
<p><i>Выделить фразы и части музыкального материала.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выделяет фразы и части музыки.</p> <p>2 балла - выделяет фразы и части музыки с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – выделяет фразы и части музыки с помощью педагога.</p> <p>0 баллов – не может выделить фразы и части музыки.</p>	<p><i>Упражнение «Угадай».</i></p> <p>3 балла – самостоятельно различает музыкальные размеры – 2/4, 4/4, 3/4.</p> <p>2 балла – различает музыкальные размеры – 2/4, 4/4, 3/4 с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – различает музыкальные размеры – 2/4, 4/4, 3/4 при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не различает музыкальные размеры.</p>

<b>Эмоциональная отзывчивость.</b>	
Начало года.	Конец года.
<p><i>Упражнение «Грустно - весело»</i></p> <p>3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>1 балл - передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>При помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.</p>	<p><i>Упражнение «Подснежник».</i></p> <p>3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>1 балл - передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>При помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.</p>
<p><i>Упражнение «На витрине магазина».</i></p> <p>3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает</p>	<p><i>2. Упражнение «О чем рассказывает музыка».</i></p> <p>3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, передает характер музыки при помощи движений и эмоций.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные</p>

<p>заданные образы, характер музыки.</p> <p>1 балл - передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>При помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.</p>	<p>образы, передает характер музыки при помощи движений и эмоций.</p> <p>1 балл - передает заданные образы, характер музыки при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.</p>
<p><b>Танцевальное творчество.</b></p>	
<p>Начало года.</p>	<p>Конец года.</p>
<p><i>Повторить за педагогом танцевальную комбинацию.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет, танцевальную комбинацию при помощи педагога</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию.</p>	<p><i>Исполнить танцевальную композицию.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную композицию.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную композицию, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет, танцевальную композицию при помощи педагога</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальную композицию.</p>
<p><i>В зависимости от характера и вида музыкального материала выбрать танцевальные движения.</i></p> <p>3 балла – правильно выбирает движения.</p> <p>2 балла – выбирает движения, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – выбирает движения при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может выбрать движения.</p>	<p><i>Импровизация под музыку.</i></p> <p>3 балла – легко и свободно импровизирует под музыку.</p> <p>2 балла – не уверенно импровизирует под музыку.</p> <p>1 балл – с трудом импровизирует под музыку.</p> <p>0 баллов – не может импровизировать.</p>

### Методические материалы.

#### **Логика построения программы**

Данная программа совмещает в себе несколько разделов: музыкальная грамота, танцевальная азбука, танцевально-ритмичные движения.

Организация обучения по программе предусматривает два года реализации.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по годам обучения предусматривает:

- 1-й год обучения – Подготовительная ступень.

Хореографическая деятельность первого этапа включает освоение азов ритмики, изучение простейших элементов партерной гимнастики, изучение танцевальных элементов, применяя игровые технологии, исполнение простых танцевальных композиций и танцев

- 2-й год обучения – Начальная ступень.

Хореографическая деятельность второго этапа включает; закрепление азов ритмики и усложнение материала по партерной гимнастике, постановочная деятельность на основе изученных танцевальных движений (Приложение 1).

В работе применяются следующие методы и приемы обучения:

Наглядные:

- использование пособий, видеозаписей;
- двигательный показ под музыку педагогом;
- показ движений в упражнениях;
- показ под музыку сюжетно-образных движений;
- показ элементов народных танцев под музыку (под счет);
- показ ребёнком движения.

Словесные:

- беседа о характере музыки, средствах её выразительности;
- образный рассказ о новом танце;
- пояснения в ходе выполнения движений;
- напоминание о правильности, образности движений;
- указания, распоряжения, описания;
- объяснение;
- оценка, поощрение.

Практические:

- многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения;
- упражнения для развития музыкально-ритмических навыков детей (изменение движений в соответствии с характером музыки, регистровых изменений, динамических оттенков, темповых изменений, метроритма);
- подготовительные упражнения (освоение в интересной, занимательной форме танцевальных движений);
- последовательное разучивание материала;

Игровые:

- обыгрывание упражнений;
- сюжетные игры для организации детской деятельности.

В процессе занятий у детей развивается произвольность психических процессов. Дети учатся выполнять движения в соответствии с характером, темпом, ритмом, формой, динамикой музыкальных игр, танцев и упражнений. Данная программа соответствует современным требованиям коррекционной педагогики, специальной психологии и физиологии. Во время занятия педагог должен разумно сочетать показ упражнений с объяснением, особенно при освоении нового движения. Показ должен быть технически грамотным и чётким. Каждому возрасту свойственна собственная манера выполнения движения. Особенно важно это учитывать при работе с детьми. Показ не должен занимать собой те замечания, которые педагог может сделать лаконичнее, образнее, устно.

При возникновении грубых ошибок лучше остановить всю группу и, вновь показывая и рассказывая, объяснить упражнение. Замечания по устранению ошибок могут быть «профилактическими», т.е. до выполнения задания педагог предупреждает о возможных ошибках. Во время выполнения упражнения можно делать попутные замечания, обращаясь как ко всем учащимся, так и к отдельному ребёнку.

Замечания, как и объяснения, нужно делать в простой, краткой, убедительной форме. Педагогу нужно не только найти ошибку, сделать замечание, но и добиться выполнения своих указаний, проявляя строгость, взыскательность и доброжелательность.

### **Структура занятия**

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части.

Организационная часть должна обеспечить наличие всех необходимых для работы материалов, видео и иллюстраций. Теоретическая часть занятий при работе должна быть максимально компактной и включать в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. Основной формой обучения является практическая работа. Структура занятий в объединении для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья составлена так, что 10-15% составляет теоретическая часть, а 85-90% практическая.

Занятие состоит из трех частей:

- первая часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

- вторая часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

- третья часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 5-10 минут.

Занятия проводятся в игровой форме, элементы хореографии вводятся постепенно. При закреплении в обучении элементам хореографии целесообразно вводить дидактические музыкально-танцевальные игры.

### **Список литературы**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / Мин-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2016.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. - М.: ТЦ Сфера, 2009.
3. Барышникова Т. Албука хореографии. - М.: Айрис Пресс, 1999.
4. Васильева Т. К. Секрет танца. - СПб.: Диамант, 1997.
5. Воронина И. Историко-бытовой танец. - М.: Искусство, 1980.
6. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. - М.: ВАКО, 2007.
7. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981.
8. Ковалько В.И. Школа физкультминуток: 1-4 классы. - М.: ВАКО, 2009.
9. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание. - М.: Просвещение, 1989.
10. Кирдяшева А.В. Использование в коррекционной педагогике танцетерапии как средства коррекции моторной функции // Aktualni pedagogika. – 2016. - № 2. – С. 37-40.
11. Четверикова Т. Ю. Феномены практики инклюзивного образования младших школьников с ограниченными возможностями здоровья // Современные исследования социальных проблем (электр. научн. журнал). – 2015. - № 8. – С. 226-242.