



Министерство образования Самарской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области «Школа-интернат № 5
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
городского округа Тольятти»

ул. Лесная, д. 13, г. Тольятти, обл. Самарская, 445010.
тел. 8(8482) 22-58-85, 22-54-92, 22-58-70, тел/факс 22-93-71
E-mail: tu_internat5@63edu.ru
ИНН 6323022690; КПП 632401001; ОГРН 1036301039290

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом

Протокол № 6

от 29.05.2025г.

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора

_____ О.А. Кольцова

Приказ № 262-1 от 20.06.2025

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ КРУЖОК «ВДОХНОВЕНИЕ»

Направленность: социально-гуманитарное

Возраст: 7-14 лет

Срок реализации: 1 год

ГБОУ Школа-
интернат
№5

Подписано
цифровой
подписью: ГБОУ
Школа-интернат №5
Дата: 2025.08.07
18:32:24 +04'00'

Разработчик: *Красникова Т.В.,
учитель*

Тольятти, 2025г.

СОДЕРЖАНИЕ.

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1. Направленность (профиль) программы.....	4
1.2. Актуальность программы.....	4
1.3. Отличительные особенности программы.....	4
1.4. Педагогическая целесообразность.....	4
1.5. Адресат программы.....	4
1.6. Объём программы.....	4
1.7. Формы обучения.....	4
1.8. Методы обучения.....	4
1.9. Тип занятий.....	5
1.10. Формы проведения занятий.....	5
1.11. Сроки освоения программы.....	6
1.12. Режим занятий.....	6
2. Цель и задачи программы.....	6
2.1. Цель программы.....	6
2.2. Задачи программы.....	6
3. Содержание программы.....	7
3.1. Учебно-тематический план.....	7
3.2. Содержание учебно-тематического плана.....	8
4. Планируемые результаты.....	11

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....

1. Условия реализации программы.....	13
3. Форма аттестации.....	13

III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....

15

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка

Художественно-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса коррекционного образовательного учреждения и является его приоритетным направлением. Для эстетического развития личности ребёнка огромное значение имеет разнообразная художественная деятельность – изобразительная, музыкальная, художественно – речевая и др. Важной задачей эстетического воспитания является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, эстетического вкуса, а также творческих способностей. Богатейшее поле для эстетического развития учащихся, а также развитие их творческих способностей представляет танцевальная деятельность.

Танцам отводится особое место в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста, поскольку, являясь выразительным средством обучения, они обеспечивают интенсивную физическую нагрузку, развивают навыки совместных, согласованных действий и творческую активность ребят, а также доставляют им большое удовольствие и радость.

По природе своей живой, физически активный характер танца имеет особую практическую ценность в наши дни, когда неподвижная и малоактивная деятельность стала занимать доминирующее положение в образе жизни детей.

Потребность в музыкально-пластических занятиях ощущается уже с 7-9 летнего возраста, когда психофизический аппарат ребёнка не только наиболее предрасположен для такого рода занятий, но и нуждается в них. Распространённые у детей искривления фигуры, косолапость успешно исправляются и, как правило, вообще не имеют место при систематических занятиях танцами. Особое значение для детей имеет развитие координации. Очень важно продолжение обучения детей в возрасте 10 – 12 лет и затем в 13 – 16 лет. В этом возрасте переходят непосредственно к улучшению танцевального репертуара.

Направленность программы: социально-гуманитарное

Актуальность программы состоит в овладении обучающимися с ограниченными возможностями здоровья знаниями, умениями и навыками ряда танцевальных дисциплин, в необходимости всестороннего развития и социализации личности. Программа удовлетворяет запросы детей в области танцевального образования, решает проблемы творческой самореализации личности через танцевальную и концертно-исполнительскую деятельность, удовлетворяет потребности и запросы школьников в области досуга и общения.

Отличительные особенности программы. Данная образовательная программа рассчитана на детей с ОВЗ, не имеющих жестких противопоказаний для занятий танцами

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, способствует формированию творческих и физических качеств, пробуждение интереса детей с ОВЗ к новой деятельности в области танцевального и музыкально искусства. Освоив данную программу, ребенок получит возможность использовать танец как средство расслабления, преодоления эмоционального напряжения, приобретет опыт общения со сверстниками. Возможность попасть в «ситуацию успеха», преодолеть трудности поможет в дальнейшем жизненном самоопределении.

Адресат программы: обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья 7-14 лет

Объём программы: программа рассчитана на 68 часов (2 раза в неделю по 1 ч.)

Формы обучения: индивидуальная, групповая, индивидуально-групповая

Методы обучения:

- словесные: объяснение новых тем, новых терминов и понятий; обсуждение, беседа, рассказ, анализ выполнения заданий, комментариев педагога.

- наглядные: демонстрация педагогом образца выполнения задания, использование иллюстраций, изображений скульптур, изображений зданий архитектуры, репродукций картин художников; видеоматериалы, презентации, материалы с сайтов и т.д.

- репродуктивный метод – метод практического показа.

Тип занятий: комбинированный

Формы проведения занятий:

- *Вводное занятие* – педагог знакомит обучающихся с техникой безопасности, особенностями организации обучения и предлагаемой программой работы на текущий год.

- *Ознакомительное занятие* – педагог знакомит детей с новыми методами работы в тех или иных техниках с различными материалами (обучающиеся получают преимущественно теоретические знания).

- *Занятие с натуры* – специальное занятие, предоставляющее возможность изучать азы рисунка и живописи, используя натуру.

- *Занятие по памяти* – проводится после усвоения детьми полученных знаний в работе с натуры; оно дает ребёнку возможность тренировать свою зрительную память.

- *Тематическое занятие* – детям предлагается работать над иллюстрацией к сказкам, литературным произведениям. Занятие содействует развитию творческого воображения ребёнка.

Занятие-импровизация – на таком занятии обучающиеся получают полную свободу в выборе художественных материалов и использовании различных техник. Подобные занятия пробуждают фантазию ребёнка, раскрепощают его; пользуются популярностью у детей и родителей.

- *Занятие проверочное* – (на повторение) помогает педагогу после изучения сложной темы проверить усвоение данного материала и выявить детей, которым нужна помощь педагога.

- *Конкурсное занятие* – строится в виде соревнования для стимулирования творчества детей.

- *Занятие-экскурсия* – проводится в музее, на выставке с последующим обсуждением в изостудии.

- *Комбинированное занятие* – проводится для решения нескольких учебных задач.

- *Итоговое занятие* – подводит итоги работы детского объединения за учебный год. Может проходить в виде мини-выставок, просмотров творческих работ, их отбора и подготовки к отчетным выставкам.

Сроки освоения программы: программа рассчитана на 1 учебный год из расчёта 34 учебных недель.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу, 68ч в год.

2. Цель и задачи программы

2.1. Цель программы: Формирование творческих способностей людей с ограниченными возможностями и детей-инвалидов средствами музыкально-ритмических движений.

2.2. Задачи программы

Образовательные:

- научить выполнять упражнения для развития тела;
- обучить музыкальной грамотности средствами хореографии;
- учить логичности и грамотности построения танцевальных движений;
- формировать специальные знания, умения и навыки, необходимые для успешной танцевальной деятельности;
- приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знание детей о танце, его истории.

- познакомить детей с различными видами танцев;

Развивающие:

- развивать у обучающихся художественный вкус, музыкальность;
- развивать чувство такта, темпа, ритма;
- развивать координацию движений, тренировать мышечный аппарат;
- развивать силу ног, пластичность рук, гибкость тела, эластичность мышц и подвижность суставов;
- развивать лёгкость в выполнении упражнений;
- развивать технику исполнения движений, актёрскую исполнительность;
- развивать индивидуальные творческие способности учащихся;

Воспитательные:

- воспитывать чувство уверенности, чувство ответственности;
- формировать у воспитанников навыки индивидуальной и коллективной деятельности;
- воспитывать чувство ответственности за общее дело, волю, аккуратность, дисциплинированность, инициативность, эмоциональную открытость и отзывчивость;
- воспитывать настойчивость в преодолении трудностей, достижении поставленных задач;

3. Содержание программы

3.1. Учебно-тематический план

№ п/ п	Наименование разделов и тем	Общее количе ство часов	В том числе	
			теоретически х	практически х
1.	Раздел 1. Организационное занятие Знакомство с группой. Цели, задачи кружка.	1	1	0
2.	Раздел 2. Учебно-тренировочная деятельность	32	8	24

	1.Азбука музыкальных движений	8	2	6
	2.Элементы классического танца	8	2	6
	3.Элементы народного танца	8	2	6
	4.Элементы эстрадного танца	8	2	6
3.	Раздел 3. Специальная танцевально-художественная программа	34	0	34
	1. Постановочная работа	20	0	20
	2. Репетиционная работа	14	0	14
4.	Итоговое занятие	1	1	0
ИТОГО		68	10	58

3.2. Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Организационное занятие (1 час.)

Техника безопасности. Цели и задачи, содержание и форма занятий в кружке. Расписание занятий (количество часов, время занятий). Внешний вид и форма одежды для занятий для девочек и мальчиков (туфли, репетиционный костюм, прически). Беседа с родителями о целях и задачах, составление перспективного плана.

Организация групп по возрастам, знакомство с вновь пришедшими учениками. Выбор родительского комитета. Первичная диагностика.

Раздел 2. Учебно-тренировочная деятельность.(32ч)

1. Азбука музыкального движения (8 ч.)

- Теория (2час.)

Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт и затакт.

- Практические занятия (6ч.)

Музыкальная структура движения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные

упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например: оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и др. Дирижерский жест на 2/4, 4/4, 3/. Выделение сильной доли.

2. Элементы классического танца (8 ч.)

- Теория (2ч.)

Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук.

- Практические занятия (6 ч.)

Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 5. Позиции рук – подготовительная 1, 2, 3.

3. Элементы народного танца (8 ч.)

- Теория (2ч.)

Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

- Практические занятия (6 ч.)

Русский танец. Позиции рук – 1, 2, 3 – на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону; поднявшись на полупальцы поставленной назад ногой. «Ковырялочка». Подготовка к присядке. Хлопушки. Вращение на подскоках по $\frac{1}{4}$ круга.

Элементы белорусского народного танца. Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими переступаниями на месте, с передвижением вперед, назад с поворотом. Притопы в полуприседании. Присядка мальчика.

4. Элементы эстрадного танца (8ч.)

Теория (2ч.)

Особенности эстрадного танца. Поклоны, позы, шаги. Эстрадные костюмы и прически, манера движений персонажей.

Практические занятия (6 ч.)

Позиции рук, ног. Разминочный тренаж. Ритмико- гимнастические упражнения. Прыжки и вращения по диагонали. Волны и изгибы.

Раздел 3. Специальная танцевально-художественная программа (34ч)

1. Постановочная деятельность (20ч.)

Исследование творческих запросов и возможностей исполнителей. Посещение концертов с последующим анализом просмотренного. Привлечение старших ребят для показа движений данных номеров, разучивание этих движений. Различные перестроения. Ходы и выходы.

2. Репетиционная деятельность (14ч)

Упражнения на перестроения в соответствии с установленным постановкой рисунком, свободные перемещения на заданные рисунки (круг, линия, колонна, полукруг). Соблюдение интервалов и ровности. Поэтапное разучивание комбинаций в методической раскладке по элементам. Последующее соединение выученного материала воедино. Понятие чистоты исполнения. Надо научить ребят слышать замечания педагога - репетитора. Прослушивание и разбор музыкального материала используемого в номерах. Разъяснение необходимой связи движения с музыкальным оформлением. Беседы о роли костюма в хореографической постановке, о внешнем облике, как одной из составляющих цельного художественного образа.

Первоначальное формирование навыков выразительности, эмоциональная подготовка к первому выходу на сцену. Выявление учащихся с природной выразительностью. Просмотр и разбор видеоматериалов.

3. Итоговое занятие (1ч.)

Открытое занятие для родителей. Отчетный концерт.

3.3. Планируемые результаты

К концу учебного года обучающиеся будут знать:

- основы классического танца;
- основы русского народного танца;
- элементы эстрадного танца;
- Как исполнять движения в портере;
- Знать отличие эстрадного танца от других видов танцев;

Будут уметь:

- исполнять композиции классических танцев;
- исполнять композиции эстрадных танцев;
- исполнять композиции русских народных танцев;
- анализировать свою деятельность.
- Уметь ориентироваться на сценической площадке;
- Исполнять танец синхронно и выразительно.

Личностные результаты

Учащиеся научатся:

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни

- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы

- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в танцевально-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты)

- будут демонстрировать понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;

Метапредметные результаты.

Учащиеся научатся:

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.)
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

Предметные результаты.

Учащиеся научатся:

- понимать роль хореографии в жизни человека;
- различать лирические, эпические, драматические образы в танце;
- определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец;
- размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения; - понимать специфику хореографического языка;
- получать представление о средствах танцевальной выразительности; - исполнять народный танец, изученные классические танцевальные комбинации

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

1. Условия реализации программы.

Условия реализации программы	Описание условий реализации программы
1. Материально-техническое оснащение	Наличие специально оборудованного помещения Мебель: стол для педагога-1шт., шкаф для пособий – 1 шт., зеркала на стене и т.д. Оборудование и инвентарь: мультимедийное оборудование, флеш-накопитель с разными вариантами музыки, мячи, скакалки, ленты и т.д.
2. Санитарно-гигиенические	Проветривание кабинета, влажная уборка, освещение проводятся в соответствии с санитарными нормами
3. Организационно-педагогические	Консультации для родителей Выступление на родительских собраниях Семинары-практикумы Открытые занятия Домашние задания для закрепления разученных упражнений.
4. Кадровый	Занятия проводит педагог, имеющий высшее или средне-специальное педагогическое образование, занимающийся самообразованием и способный привлечь к занятиям детей.

2. Форма аттестации.

Способами проверки результатов освоения образовательной программы являются:

- педагогическое наблюдение (целенаправленное восприятие педагогического явления),
- итоговое занятие (совершенствование упражнений и комбинаций, выученных в течение года),
- контрольное занятие (отчет о проделанной работе учащихся, демонстрация их успеха),
- участие в концертах, конкурсах, показательные выступления на родительских собраниях, школьных праздниках, городских мероприятиях,

межрегиональных и всероссийских и международных фестивалях, смотрах, конкурсах.

Список литературы

1. Бекина С. И. «Музыка и движение», М, «Просвещение» 1981
2. Богданов А. Г. «Урок русского народного танца», М, «Просвещение», 1995
3. Зацепина К. «Народно- сценический танец», М, «Просвещение», 1976
4. Закон РФ «Об образовании», Педагогический поиск, № 7-8
5. Климов А., Основы русского народного танца», М, «Просвещение», 1994
6. Полятков С. С. «Основы современного танца», М, «Просвещение», 2005
7. Беспятова Н. К. «Программа педагога дополнительного образования», М, «Айрисс-пресс», 2003
8. Руднева С. В. «Ритмика. Музыкальное движение», М, «Просвещение», 1972