

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА БЕРДСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА БЕРДСКА  
ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ «БЕРЕГИНЯ»



**ПРИНЯТО:**

Педагогическим советом  
МБУДО ДШИ «Берегиня»  
Протокол №1 от 06.09.2023

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МБУДО ДШИ «Берегиня»  
Сомова Т.Н.   
Дата: 06.09.2023



**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
ОБЩЕЕ ЭТНОЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ**

**программа учебного предмета  
ТАНЕЦ**

**Уровень программы: базовый**

**Возраст: 7-15 лет**

**Срок реализации: 3 года (2 года и 9 месяцев)**

Разработчик:

**Чех Е.М.**

преподаватель хореографии  
МБУДО ДШИ «Берегиня».

Редактор:

**Жигалкина И.А.**

методист, преподаватель  
высшей квалификационной категории  
МБУДО ДШИ «Берегиня».

Бердск 2023

## Структура программы

### 1. Комплекс основных характеристик адаптированной дополнительной общеразвивающей программы учебного предмета «Танец»

<b>1.1. Пояснительная записка</b>	стр. 3
<i>1.1.1. Направленность, нормативно-правовое обеспечение программы</i>	стр. 3
<i>1.1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность программы</i>	стр. 4
<i>1.1.3. Отличительные особенности программы</i>	стр.5
<i>1.1.4. Адресат программы и особенности набора обучающихся</i>	стр.6
<i>1.1.5. Объем, срок освоения программы</i>	стр.8
<i>1.1.6. Формы обучения и виды занятий</i>	стр.8
<b>1.2. Цели и задачи</b>	стр.9
<b>1.3. Содержание программы</b>	стр.10
<i>1.3.1. Учебный план</i>	стр.10
<i>1.3.2. Содержание тем учебного плана</i>	стр.13
<i>1.3.3. Планируемый результат освоения дополнительной общеобразовательной программы</i>	стр.17

### 2. Комплекс организационно-педагогических условий

<b>2.1. Условия реализации программы</b>	стр.19
<b>2.2. Формы аттестации</b>	стр.19
<b>2.3. Характеристика оценочных материалов программы</b>	стр.21
<b>2.4. Методическое обеспечение учебного процесса</b>	стр.22
<i>2.4.1. Методы обучения</i>	стр.22
<i>2.4.2. Педагогические технологии</i>	стр.23
<i>2.4.3. Методические рекомендации преподавателям</i>	стр.23

### 3. Список литературы

<i>3.1. Основная учебная и методическая литература</i>	стр.27
--	--------

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы учебного предмета «Танец»**

## **1.1. Пояснительная записка**

### ***1.1.1. Направленность, нормативно-правовое обеспечение программы***

Дополнительная общеразвивающая Программа учебного предмета «Танец» имеет художественно-эстетическую направленность и направлена на осуществление коррекции недостатка психического и физического развития учащихся средствами музыкально-ритмической деятельности. Развиваются творческие способности – танцевальные данные (ритмичность, музыкальность, артистичность, эмоциональная выразительность). Танцевальные движения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. В процессе обучения формируется детская фантазия, умение импровизировать под музыку, не бояться отличаться от других, учиться демонстрировать свою индивидуальность.

Программа учебного предмета «Танец» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" от 24.07.1998 N 124-ФЗ, ст.1,15;
- Федеральный закон "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" от 24.11.1995 N 181-ФЗ, ст. 18,19;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.04.2008 N АФ-150/06 "О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами";
- Письмо Минобрнауки РФ от 27.06.2003 N 28-51-513/16 «О Методических рекомендациях по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования»;
- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 27.03.2000г. № 27/901-6 «О психолого-медико-педагогическом консилиуме (ПМПк) образовательного учреждения»;
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному

самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016, № ВК-641/09.

Данная программа является модифицированной. Соответствует требованиям Государственного образовательного стандарта основного общего образования по искусству.

### ***1.1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность программы***

***Актуальность программы:*** Программа разработана с учетом государственной политики в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья и их родителей. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Музыка отводится ведущая роль, а движение рассматривается как проявление эмоций, связанных с музыкальным образом, как средство усвоения музыкальных закономерностей. Несомненно, что такая программа как никому другому нужна детям–инвалидам и детям с ограниченными возможностями здоровья.

***Новизна:*** программа «Танец» направлена на создание условий для общего физико-психического развития и социализации детей посредством приобщения их к танцевальной культуре, помимо этого, в данную программу включено изучение русского народного танца. Потребность в такой программе очень большая. В отличие от существующих программ по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождается высоко технически исполненной композицией, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца. Целью данной программы является не танец, а ребёнок с ОВЗ, в котором формируется система ценностей, основанная на традиционной русской культуре. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков. Эта программа намечает тот объём знаний и материала, который может быть использован с учётом физических и психических возможностей учащихся.

Программа также предполагает разучивание танцевальных номеров, и для их отработки предполагается работа, как со всей группой, так и индивидуально с одним учащимся.

**Педагогическая целесообразность:** программа учебного предмета «Танец» как никому другому нужна детям-инвалидам и детям с ограниченными возможностями здоровья. Занятия танцами развивают в ребенке, в первую очередь, хорошее владение собственным телом, что является одной из приоритетных задач для детей с ОВЗ. Танец является средством, с помощью которого учащийся приобретает различные навыки: координацию движения, чувство ритма, музыкальность, эмоциональность, коммуникабельность. Развивается умение ориентироваться в пространстве, формируется правильная осанка, красивая походка.

Хореографическое искусство воспитывает трудолюбие, терпение, взаимовыручку. Как правило, дети, которые занимаются в творческих коллективах, легче адаптируются в повседневной жизни.

### ***1.1.3. Отличительные особенности программы***

Для детей с особенностями развития требуется особый подход в образовательном процессе. Программа учебного предмета «Танец» направлена на создание условий для общего физико-психического развития и социализации детей посредством приобщения их к танцевальной культуре.

В процессе освоения программы у учащихся укрепляется здоровье, формируются специфические и универсальные учебные действия (умения), способы познавательной и предметной деятельности.

Программа предусматривает коррекционные задачи: развитие слухового и тактильно-вибрационного восприятия, выработка внутреннего ритма танцевальных движений, развитие восприятия различной акустической информации, неречевых звуков, музыки, развитие мышления, памяти, воображение положительно влияет на формирование у детей произносительной стороны речи.

Содержание, структура и технология занятий по хореографии варьируются в зависимости от характера отклонения (нарушения) в развитии детей и необходимости их коррекции.

Благодаря реализации в процессе занятий физиологического механизма адаптации происходит накопление всё новых физических кондиций, мобилизация и развёртывание новых ресурсов организма. Усиленная работа мышц обеспечивает условия для повышения обмена веществ в организме, что

способствует росту ребёнка. Расслабление мышц позволяет снять утомление, снижает нервное напряжение. Работоспособность мышц позволяет создать оптимальный режим для функционирования всех органов и систем организма, положительно влияет на работу внутренних органов и значительно ускоряет умственное развитие.

Таким образом, занятия танцами для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) по данной программе являются не только средством физического развития, они способствуют коррекции и компенсации их двигательных нарушений через изучение народных танцев, формируется система ценностей, основанная на традиционной русской культуре.

В программу включены музыкальные игры, массовые и сольные танцы, парные танцы со сменой партнера. Обучение танцу ведется в образно-ролевой форме и является активным творческим процессом.

#### ***1.1.4. Адресат программы и особенности набора обучающихся***

Программа предназначена для детей с разными видами ОВЗ (слабовидящие, с задержкой психического развития, с синдромом дауна, с тяжелыми нарушениями речи и др.), возраст детей от 6 до 18 лет.

Данные дети отличаются различным уровнем как психофизического развития при поступлении в образовательное учреждение, так и уровнем развития компенсаторных процессов, необходимых для обучения.

Такие дети имеют следующие особенности:

1. У детей наблюдается низкий уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приема и переработки сенсорной информации, недостаточно знаний этих детей об окружающем мире.

2. Недостаточно сформированы пространственные представления, дети с ОВЗ часто не могут осуществлять полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.

3. Внимание неустойчивое, рассеянное, дети с трудом переключаются с одной деятельности на другую. Недостатки организации внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению.

4. Память ограничена в объеме, преобладает кратковременная над долговременной, механическая над логической, наглядная над словесной.

5. Снижена познавательная активность, отмечается замедленный темп переработки информации.

6. Мышление - наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно словесно-логическое.

7. Снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми.

8. Игровая деятельность не сформирована. Сюжеты игры обычны, способы общения и сами игровые роли бедны.

9. Речь - имеются нарушения речевых функций, либо все компоненты языковой системы не сформированы.

10. Наблюдается низкая работоспособность в результате повышенной истощаемости, вследствие возникновения у детей явлений психомоторной расторможенности.

11. Наблюдается несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенность влечений, учебной мотивации.

Вследствие этого у детей проявляется недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками учебной деятельности. Возникают трудности формирования учебных умений (планирование предстоящей работы, определения путей и средств достижения учебной цели; контролирование деятельности, умение работать в определенном темпе).

Можно отметить следующие типичные затруднения (общие проблемы) у детей с ОВЗ:

- отсутствует мотивация к познавательной деятельности, ограничены представления об окружающем мире;
- темп выполнения заданий очень низкий;
- нуждается в постоянной помощи взрослого;
- низкий уровень свойств внимания (устойчивость, концентрация, переключение);
- низкий уровень развития речи, мышления;
- трудности в понимании инструкций;
- инфантилизм;
- нарушение координации движений;
- низкая самооценка;
- повышенная тревожность. Многие дети с ОВЗ отличаются повышенной впечатлительностью (тревожностью): болезненно реагируют на тон голоса, отмечается малейшее изменение в настроении;

- высокий уровень психо-мышечного напряжения;
- низкий уровень развития мелкой и крупной моторики;
- для большинства таких детей характерна повышенная утомляемость. Они быстро становятся вялыми или раздражительными, плаксивыми, с трудом сосредотачиваются на задании. При неудачах быстро утрачивают интерес, отказываются от выполнения задания. У некоторых детей в результате утомления возникает двигательное беспокойство; у других детей отмечается повышенная возбудимость, беспокойство, склонность к вспышкам раздражительности, упрямству.

Сложность и своеобразие психики ребенка с проблемами в развитии требует тщательного методологического подхода к учебному процессу.

Предварительный отбор на программу не проводится. К занятиям допускаются дети, имеющие медицинскую справку об инвалидности, и выполняющие правила поведения и техники безопасности.

Для эффективности работы группы формируются от двух до шести человек. Режим групповых занятий – 2 раза в неделю. Продолжительность занятия 1 академический час. Согласно требованиям СанПиН, один академический час равен сорока минутам.

### ***1.1.5. Объем, срок освоения программы***

Срок реализации программы учебного предмета «Танец» составляет 3 года.

Общий объем максимальной учебной нагрузки (трудоемкость в часах) программы «Танец» составляет 204 часа.

*1 год обучения – 68 часов.*

*2 год обучения – 68 часов.*

*3 год обучения – 68 часов.*

### ***1.1.6. Формы обучения и виды занятий***

Учебные занятия по учебному предмету «Танец» проводятся в форме аудиторных занятий и самостоятельной (внеаудиторной) работы. Занятия по учебному предмету осуществляются в форме групповых уроков. Группы от 2 до 6 человек. Вид детских групп – профильный, состав - постоянный.

***Особенности организации образовательного процесса:*** Занятия проводятся по принципу «от простого к сложному».

#### ***Формы проведения занятий.***

- традиционный урок;
- беседа;



- объяснение;
- практический показ;
- репетиция;
- урок-игра;
- открытое занятие;
- концерт.

## 1.2. Цели и задачи

**Цель программы:** формирование духовно–нравственной личности ребёнка с ОВЗ средствами хореографического искусства, на основе традиционных ценностей отечественной культуры.

### **Задачи программы:**

#### *Обучающие задачи:*

- познакомить с разнообразием танцевальных форм и стилей, в том числе народных танцев;
- научить детей соблюдению правил техники безопасности на занятии;
- научить выполнять танцевальные упражнения по образцу (показ-выполнение-запоминание-повторение);
- сформировать практические умения и навыки в области хореографии;
- сформировать определенные теоретические знания в области хореографии;
- научить использовать полученные практические навыки и теоретические знания в социуме.

#### *Развивающие задачи:*

- способствовать активизации речевого и слухового центра, через работу двигательного аппарата ребенка в предлагаемом танцевальном материале;
- развивать физические данные: слуховое внимание и память, зрительное внимание и память, оптико-пространственное представление и навыки, статическую и динамическую координацию;
- способствовать формированию и сохранению правильной осанки ребенка, укреплению мышечного корсета;
- развивать чувство темпа и ритма в движении;
- развивать творческие способности, артистизм;
- приобщить детей к танцевальному искусству, сформировать определенную эстетическую танцевальную культуру.

#### *Воспитательные задачи:*

- способствовать социальной адаптации и коммуникации;

- способствовать формированию художественного вкуса, интереса к музыке и танцу;
- формировать чувства коллективизма, нравственности, долга, организованности, толерантности через этические особенности танцевальной культуры;
- сформировать умение переносить культуру поведения и общения в танце (танцевальный этикет) на межличностное общение в повседневной жизни.

### 1.3. Содержание программы

На каждом году обучения изучаются три вида русского народного танца, с каждым годом на более глубоком, серьёзном уровне:

- ✓ хоровод;
- ✓ кадрили;
- ✓ плясовая.

#### 1.3.1. Учебные планы по годам обучения

##### Учебный план 1 года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие Техника безопасности.	1	0,5	0,5	Входной контроль. Наблюдение. Самоконтроль.
2	Развитие двигательных навыков	8	2	6	Текущий контроль. Практический контроль. Наблюдение.
3	Растяжки на все группы мышц	6	2	4	Текущий контроль. Практический контроль. Самоконтроль.
4	Упражнения на быстроту реакции, внимание, координацию, развитие воображения	6	2	4	Текущий контроль. Самоконтроль. Практический контроль.
5	Танцы (постановка, репетиции, концерты)				Текущий контроль. Наблюдение. Итоговый контроль.

6	Отработка движений, работа над сольными номерами (индивидуальная работа)				<i>Наблюдение. Практический контроль.</i>
7	Итоговое занятие	1	-	1	
	<i>Итого:</i>	68			

### **Учебный план 2 года обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие Техника безопасности.	1	0,5	0,5	<i>Входной контроль. Наблюдение. Самоконтроль.</i>
2	Развитие двигательных навыков				<i>Текущий контроль. Самоконтроль. Практический контроль.</i>
3	Растяжки на все группы мышц				<i>Текущий контроль. Самоконтроль. Практический контроль.</i>
4	Упражнения на середине зала				<i>Текущий контроль. Наблюдение. Практический контроль.</i>
5	Танцы (постановка и репетиции, концерты)				<i>Текущий контроль. Наблюдение. Итоговый контроль.</i>
6	Отработка движений, работа над сольными номерами (индивидуальная работа)				<i>Наблюдение, Самоконтроль. Практический контроль.</i>
7	Итоговое занятие	1	1	-	<i>Практический контроль.</i>
	<i>Итого:</i>	68			

### Учебный план 3 года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие Техника безопасности.	1	0,5	0,5	Входной контроль. Наблюдение. Самоконтроль.
2	Развитие двигательных навыков				Текущий контроль. Самоконтроль. Практический контроль.
3	Растяжки на все группы мышц				Текущий контроль. Самоконтроль. Практический контроль.
4	Упражнения на середине зала				Текущий контроль. Наблюдение. Практический контроль.
5	Танцы (постановка и репетиции, концерты)				Текущий контроль. Наблюдение. Итоговый контроль.
6	Отработка движений, работа над сольными номерами (индивидуальная работа)				Наблюдение, Самоконтроль. Практический контроль.
7	Итоговое занятие	1	1	-	Практический контроль.
	<i>Итого:</i>	68			

### ***1.3.2. Содержание тем учебных планов по годам обучения***

#### ***1 год обучения***

##### **1. Вводное занятие. Техника безопасности.**

*Теория:* цель и задачи учебного года. Знакомство с хореографическим классом. Значение музыки на занятиях. Правила техники безопасности. Форма одежды. Этические нормы поведения на занятиях, концертах.

*Практика:* Творческие игры на выявление способностей и возможностей обучающихся. Проведение входного контроля.

##### **2. Развитие двигательных навыков.**

*Теория:* правила исполнения танцевальных движений, необходимо правильно держать корпус - спина прямая, живот втянут, голова высоко поднята, подъём натянут, на подскоках колени подняты высоко, слушаем счёт под музыку.

*Практика:* выполнение танцевальных движений:

- шаги под музыку на целой стопе;
- ходьба на полупальцах;
- ходьба на пятках;
- ходьба на внутренних и внешних рёбрах стопы;
- шаги с высоко поднятыми коленями;
- бег под музыку;
- галоп;
- подскоки.

##### **3. Растяжки на все группы мышц.**

*Теория:* растяжки необходимы детям занимающимся хореографией, т.к. готовят тело к работе, к танцевальным физическим нагрузкам, делают его гибким, эластичным. Они помогают преодолеть природные зажимы, развивают выворотность ног, гибкость спины, увеличивают танцевальный шаг.

*Практика:* выполнение растяжек:

- сидя на полу, вытягиваем и сокращаем стопу (работа над подъёмом);
- сидя на полу, разворачиваем согнутые колени в разные стороны, дотягиваясь до колена сначала ухом, а потом подбородком, затем наклон корпуса вперёд, стараясь дотянуться до пола подбородком (работа над шагом);
- лёжа на животе, высоко поднимаем ноги, предельно прогибаем нижнюю часть спины прогиб в «рыбку» (работа над гибкостью спины).

#### **4. Упражнения на быстроту реакции, внимание, координацию, игры на воображение.**

*Теория:* Эти упражнения необходимы на занятиях по хореографии, т.к. учащиеся должны ориентироваться в танцевальном зале, делать движения из разных точек класса, быстро реагировать на смену темпа, делать танцевальные вариации с разных ног вперёд и назад, при этом не забывать, что танцует коллектив и поэтому нужно следить за партнёрами по танцу.

*Практика:* выполнение упражнений:

- Педагог стоит лицом к классу, делая движения, импровизируя на ходу, ученики пытаются повторить все движения по принципу «зеркала»;
- Учащиеся разбиваются, по парам один делает движение, второй «отражает их в зеркале», затем меняются местами;
- Игра «Море волнуется...»;
- Наблюдение за пластикой животных, повторение её.

#### **5. Танцы.**

*Теория:* Прежде чем поставить танец педагог даёт прослушать музыку детям, чтобы разучить характер исполнения танца и заинтересовать. Далее педагог показывает его отдельные элементы, акцентируя внимание учеников на особо сложных моментах. Учащиеся повторяют показанные движения. Когда отдельные движения доведены до автоматизма, соединяется воедино весь танец, его рисунок.

*Практика:* разучивание танцев. Постановка и репетиции.

#### **6. Отработка движений. Работа над сольными номерами.**

*Теория:* Объяснение технологии выполнения каждого движения.

*Практика:* Выполнение отдельного движения.

#### **7. Итоговое занятие.**

*Практика:* Показ танцевальных номеров в концерте для родителей.

### ***2 год обучения***

#### **1. Вводное занятие. Техника безопасности.**

*Теория:* Правила техники безопасности. Знакомство учащихся с программой второго года обучения. Определение перспектив занятий в коллективе (разучивание новых танцевальных номеров, участие в концертах и в конкурсах). Этические нормы поведения на занятиях, концертах.

*Практика:* Творческие задания, игры, импровизации на повторение полученных навыков и умений.

#### **2. Развитие двигательных навыков.**

*Теория:* Правила исполнения танцевальных движений, исполнения дистанций. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.

*Практика:* выполнение танцевальных движений

- шаги под музыку с «носка» стопы;
- ходьба на полупальцах, на пятках, на внутренних и внешних рёбрах стопы;
- ходьба на полупальцах, сгибая колени, поочерёдно поднимаем высоко ноги вперёд и назад;
- шаги с притопом и с продвижением;
- переменные шаги;
- бег под музыку;
- галоп попеременно с правой и левой ноги;
- шаги с подскоками.

### **3. Растяжки на все группы мышц.**

*Теория:* В отличие от растяжек на первом году обучения, растяжки второго года состоят в том, что кроме упражнений на общее развитие гибкости и пластичности тела, включаются растяжки узкой направленности, сосредоточенные на какой-то одной части тела, делающиеся более интенсивно.

*Практика:* выполнение упражнений.

### **4. Упражнения на середине зала.**

*Теория:* Эти упражнения необходимы на занятиях по хореографии, т.к. учащиеся должны ориентироваться в танцевальном зале, делать движения из разных точек класса, быстро реагировать на смену темпа, делать танцевальные вариации с разных ног вперёд и назад, при этом не забывать, что танцует коллектив и поэтому нужно следить за партнёрами по танцу.

*Практика:* выполнение упражнений.

### **5. Танцы.**

*Теория:* Прежде чем поставить танец педагог даёт прослушать музыку детям, чтобы разучить характер исполнения танца и заинтересовать. Далее педагог показывает его отдельные элементы, акцентируя внимание учеников на особо сложных моментах. Учащиеся повторяют показанные движения. Когда отдельные движения доведены до автоматизма, соединяется воедино весь танец, его рисунок.

*Практика:* разучивание танцев, постановка и репетиции.

### **6. Отработка движений. Работа над сольными номерами.**

*Теория:* Объяснение технологии выполнения каждого движения.

*Практика:* Выполнение и отработка до автоматизма отдельного движения.

### **7. Итоговое занятие:**

*Теория:* -

*Практика:* показ танцевальных номеров в концертных программах школы и в конкурсах.

### **3 год обучения**

#### **1. Вводное занятие. Техника безопасности.**

*Теория:* Правила техники безопасности. Знакомство учащихся с программой третьего года обучения. Определение перспектив занятий в коллективе (разучивание новых танцевальных номеров, участие в концертах и в конкурсах). Этические нормы поведения на занятиях, концертах.

*Практика:* Творческие задания, игры, импровизации на повторение полученных навыков и умений.

#### **2. Развитие двигательных навыков.**

*Теория:* Правила исполнения танцевальных движений, исполнения дистанций. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.

*Практика:* выполнение танцевальных движений

- шаги под музыку с «носка» стопы;
- ходьба на полупальцах, на пятках, на внутренних и внешних рёбрах стопы;
- ходьба на полупальцах, сгибая колени, поочерёдно поднимаем высоко ноги вперёд и назад;
- шаги с притопом и с продвижением;
- переменные шаги;
- бег под музыку;
- галоп попеременно с правой и левой ноги;
- шаги с подскоками.

#### **3. Растяжки на все группы мышц.**

*Теория:* дальнейшее развитие гибкости тела, так как гибкость означает наличие свободы движений — важную часть всех наших действий. Включаются растяжки узкой направленности, сосредоточенные на какой-то одной части тела, делающиеся более интенсивно.

*Практика:* выполнение упражнений.

#### **4. Упражнения на середине зала**

*Теория:* Эти упражнения необходимы на занятиях по хореографии, т.к. учащиеся должны ориентироваться в танцевальном зале, делая движения из разных точек класса, быстро реагировать на смену темпа, делать танцевальные вариации с разных ног вперёд и назад, при этом не забывать, что танцует коллектив и поэтому нужно следить за партнёрами по танцу.



*Практика:* выполнение упражнений.

## **5. Танцы**

*Теория:* Прежде чем поставить танец педагог даёт прослушать музыку детям, чтобы разучить характер исполнения танца и заинтересовать. Далее педагог показывает его отдельные элементы, акцентируя внимание учеников на особо сложных моментах. Учащиеся повторяют показанные движения. Когда отдельные движения доведены до автоматизма, соединяется воедино весь танец, его рисунок.

*Практика:* разучивание танцев, постановка и репетиции.

## **6. Отработка движений. Работа над сольными номерами.**

*Теория:* Объяснение технологии выполнения каждого движения.

*Практика:* Выполнение и отработка до автоматизма отдельного движения.

## **7. Итоговое занятие:**

*Теория:* -

*Практика:* показ танцевальных номеров в концертных программах школы и в конкурсах.

### ***1.3.3. Планируемый результат освоения дополнительной общеобразовательной программы***

#### ***Предметные результаты:***

Уровень достижений, учащихся в процессе освоения программы, отслеживается в постепенно усложняющихся ситуациях, позволяющих видеть конкретные умения и навыки.

Процесс освоения программы характеризуется последовательностью следующих этапов деятельности, формирующих конкретные умения и навыки:

- умение ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций;
- умение воспринимать и передавать в движении образ;
- умение соотносить темп движений с темпом музыки;
- умение сохранять синхронность в танце;
- умение танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- умение самостоятельно исполнять танцевальные комбинации;
- постановка правильной осанки во время движения;
- знание позиций ног: первая, вторая, третья с правой и левой ноги;
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.

#### ***Метапредметные результаты:***

- выполнение правил поведения;
- способность трудиться;
- умение договариваться;
- формирование чувства ансамбля и одновременно самостоятельности;
- правильная оценка успехов и неудач.

***Личностные результаты:***

- проявление ответственности к работе;
- выполнение нормы и правил поведения;
- способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени;
- проявление упорства к поставленной цели;
- преодоление трудностей;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- проявление бережного отношения к костюмам.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Условия реализации программы**

#### ***Описание материально-технических условий реализации программы:***

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, а также нормам охраны труда.

Учебные аудитории (балетные залы), предназначенные для реализации учебного предмета «Танец», оснащаются пианино. Площадь балетных залов должна быть не менее 40 кв.м, иметь пригодное для занятий напольное покрытие (деревянный пол или специализированное (линолеумное) покрытие), зеркала размером 7м x 2м на одной стене. Школа должна иметь театрально-концертный зал с пианино или роялем, пультами, светотехническим и звукотехническим оборудованием; костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для сценических выступлений, репетиционного процесса и учебных занятий.

#### ***Информационное обеспечение:***

- электронные образовательные ресурсы: учебники, мультимедийные универсальные энциклопедии, сетевые образовательные ресурсы;
- аудиовизуальные: слайд-фильмы, видеофильмы, учебные кинофильмы, аудиозаписи;
- библиотечный фонд укомплектовывается печатными и электронными изданиями основной, дополнительной учебной и учебно-методической литературой по хореографии;
- каждый учащийся обеспечивается доступом к библиотечным фондам.

#### ***Кадровое обеспечение:***

Необходимым условием реализации программы является посещение преподавателями курсов повышения квалификации: каждые 3 года в институте развития образования, а также самообразование: посещение занятий коллег по профилю, методических объединений, участие в работе мастер-классов, педагогических семинаров и конференций.

2 раза в год проводятся инструктажи: по технике безопасности, по противопожарной безопасности, по антитеррористическим мероприятиям, правилам поведения в объединении и на территории школы. В течение года осуществляется контроль над выполнением всех правил.

Все обучающиеся к началу учебного года имеют медицинские справки с разрешением заниматься в школе.

## 2.2. Формы аттестации

Целью диагностики успешности освоения обучающимися образовательной программы, выявления их образовательного потенциала, определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки календарно-тематического планирования осуществляются *входной и текущий контроль* успеваемости по программе, а также *промежуточная и итоговая аттестация*.

### **Функции контроля:**

- *учебная*, так как создает дополнительные условия для обобщения и осмысления обучающимся полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков;
- *воспитательная*, так как является стимулом к расширению познавательных интересов и потребностей ребенка;
- *развивающая*, так как позволяет обучающимся осознать уровень их актуального развития и определить перспективы;
- *социально-психологическая*, так как дает каждому обучающемуся возможность пережить "ситуацию успеха".

*Входной контроль* – это оценка исходного уровня знаний обучающихся перед началом образовательного процесса.

*Текущий контроль* успеваемости носит безотметочный характер и предполагает качественную характеристику (оценку) сформированности у обучающихся соответствующих компетенций и устные рекомендации обучающемуся или его родителям по повышению успешности освоения программы. Текущий контроль проводится в форме опроса, проверочных заданий, педагогическое наблюдение, анализ достижений.

С целью определения уровня достижения, планируемых предметных и личностных результатов в процессе освоения образовательной программы, проводится *промежуточная аттестация*. Формы промежуточной аттестации определены учебным планом.

В ходе промежуточной аттестации устанавливаются следующие *уровни достижения планируемых результатов*: «выполнение», «не выполнение», что отражается в оценке.

*Итоговый контроль* - это оценка уровня достижений учащимися, заявленных в образовательной программе по завершении всего образовательного периода.

### **Методами итоговой аттестации являются:**

- метод педагогического наблюдения;
- выполнения контрольных упражнений;
- открытые занятия;
- концертные выступления обучающихся.

### 2.3. Характеристика оценочных материалов программы

Образовательным учреждением разрабатываются критерии оценок промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости обучающихся.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. Фонды оценочных средств разрабатываются и утверждаются образовательным учреждением самостоятельно. Уровень приобретенных знаний, умений и навыков должен соответствовать программным требованиям.

Задания должны выполняться в рамках отведенного на них времени, что демонстрирует приобретенные учеником умения и навыки. Индивидуальный подход к ученику может выражаться в разном по сложности материале при однотипности задания.

По итогам показа на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы исполнения и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия домашних занятий, а также плохая посещаемость аудиторных занятий
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Данная система оценки качества исполнения является основной. С учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на контрольном уроке.

Оценки выставляются по окончании полугодий учебного года.

## **2.4. Методическое обеспечение учебного процесса**

### ***2.4.1. Методы обучения***

Выбор методов обучения всецело зависит от контингента обучающихся, личностных качеств развития, продолжительности обучения, психологических и физиологических возможностей.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- наглядный (показ, просмотр видеоматериалов концертов, конкурсов, прослушивание аудио записей исполнителей на баяне, симфонической музыки и другие);
- практический (владение штрихами и приемами игры на инструменте; умение исполнять различную по характеру, стилю музыку);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления).
- игровой (объяснять заданную тему в игровой форме, чтобы сделать процесс освоения предмета-занимательно и разнообразно)

Выбор методов зависит от возраста и индивидуальных особенностей учащегося.

### ***2.4.2. Педагогические технологии***

Педагогическая технология — это упорядоченная система процедур, неукоснительное выполнение которых приведет к достижению определенного, планируемого результата. Педагогическую технологию характеризуют два момента: гарантированность конечного результата и проектирование будущего учебно-воспитательного процесса (В. А. Монахов).

***Игровые технологии.*** Основная задача педагога — мотивация детей к обучению через игровую деятельность. Все занятия построены с учётом

возрастных особенностей детей, их интересов и потребностей. Именно в игре ребёнок получает новые знания, закрепляет их на практике, утверждается как личность в коллективе ровесников. Игра помогает создать позитивный настрой, в котором ребёнок лучше развивается, помогает получить положительное эмоциональное удовлетворение. В процессе игры у детей раскрываются творческие способности, активность, инициативность, воображение, проявляются актёрские способности. Развитие и формирование личности ребёнка идёт благодаря активности, проявляющиеся в игровой деятельности. Игра выступает как универсальное средство обучения и воспитания, как средство, стимулирующее творческую деятельность детей, формирующее начальные хореографические умения и навыки. Это основной путь эстетического воспитания и приобщения к искусству в дошкольном и младшем школьном возрасте.

***Здоровьесберегающие технологии.*** В процессе хореографических занятий помимо игровых технологий успешно используются здоровьесберегающие технологии, позволяющие формировать культуру здоровья, здоровый образ жизни. Различные подвижные игры, физминутки, партерная гимнастика, дыхательная и пальчиковая гимнастика, самомассаж, создание благоприятного психологического климата в коллективе имеют мощный оздоровительный эффект. Данные технологии повышают результативность освоения программы по хореографии, формируют ценностные ориентации сохранения и укрепления физического и психологического здоровья.

***Личностно-ориентированные технологии.*** Их реализация предполагает частичное, временное изменение ближайших задач и содержание воспитательной работы, постоянное варьирование ее методов и форм. Очень важным фактором в личностно-ориентированном воспитании является индивидуальная работа - это деятельность педагога, осуществляемая с учетом особенностей развития каждого ребенка. Она выражается в реализации принципа индивидуального подхода к обучающимся в воспитании и обучении.

#### ***2.4.3. Методические рекомендации преподавателям***

Сначала необходимо оценить общий физико-психический уровень детей. Начинать обучение лучше с развития музыкально-двигательных навыков ребенка. И если мы также хотим получить оздоровительный и коррекционный эффект, то необходимо включать в композиции скрестно-лотеральные движения, диагональные и роторные действия корпуса, которые способствуют включению в работу двух полушарий головного мозга (методики АФК).

Существует определенный физиологический (рекомендуемый) порядок обучения ребенка двигательным навыкам, который помогает ускорить усвоение физических упражнений. Из практических наблюдений: легче идет усвоение физических действий, предложенных к разучиванию в следующем порядке:

Физиологический (рекомендуемый) порядок обучения ребенка двигательным навыкам:

1. Ребенок должен уметь держать корпус в балансе, ноги по 1-ой бытовой позиции.
2. вынести ногу вперед на носок, не пересекая линию опорной ноги, опустить пятку на пол (для детей – левшей приоритет упражнений с левой ногой впереди).
3. перенос веса тела вперед – назад, с сохранением баланса и растянутым позвоночником.
4. взять вес по центру, следить за позицией стоп (носки по 3-ей позиции), исполнение плие на двух ногах, можно с действием пружинки.
5. Прыжки на месте на одной ноге с прямым корпусом, работают и стопа, и колено (действие пружины).
6. Подскоки на одной ноге в полном повороте (вправо и влево), на последнем подскоке приземлиться в позицию ноги врозь.
7. Подскоки со сменой ног - на месте и с продвижением, следить за приземлением на «рабочую» ногу.
8. Прыжки «маятник»: в стороны, вперед – назад.
9. Прыжки со сменой ног на выносе ноги на носок вперед (без веса).
10. Вращение кистей рук и «сбор» пальцев в горсть в позициях: 2, 3 - хореографические, и с руками, вытянутыми вперед.
11. Вращение рук от локтевого сустава (по 2-ой позиции).
12. Волновые действия тела:
  - снизу-вверх от стопы до макушки, ноги по 1,2 бытовым позициям;
  - снизу-вверх по диагоналям, из стопы левой ноги в кисть правой руки, и из правой ноги в левую кисть. Руки по 2 позиции. Возможны варианты основной стойки корпуса;
  - более сложный вариант волновые действия тела сверху вниз (обратная волна).

Первые занятия – лучше построить на музыкальных играх, предлагая маленькие этюды - композиции, составленные из простых танцевальных элементов. Одно и то же действие желательно объяснять на разных образно-игровых (бытовых) примерах с четким показом, или дать ребятам задание найти



близкое им сравнение или аналогию. Таким образом, включаем детей в игру «кто интереснее придумал», что способствует развитию мышления и фантазии ребенка. Опрос по пройденному материалу проводить лучше всего также в игровой форме, вопросы на одну и ту же тему должны содержать подсказку, развивающую логику мышления ребенка.

Есть много интересных и веселых музыкальных игр, которые способствуют организации «порядка» на занятии. Приучаем ребенка во время занятий находиться «в своем пространстве действия». Например, танец - игра «Птицы в гнезда». Подбираем музыкальное произведение с контрастной музыкой (медленная – быстрая). На спокойной - птички спят в гнездах или прячутся от хищников, на быстрой - летают, ловят гусениц, бабочек и т.д., прыгают как воробьи на двух ногах или на одной ноге, могут летать как самолеты или стрижи и т.п. Педагог задает любой образ поведения птиц. Летать стае (самолетам) надо по заданной траектории не сталкиваясь. Здесь можно дать понятие «линия танца».

Игра «Следуй за мной». Дети должны повторять движения педагога, можно сразу в музыку. Затем задается знакомый им образ на каждое движение. Например, «сосульки плачут» - встряхиваем кистями рук, «ползет червячок», катаемся на коньках или лыжах, рисуем ногами или ставим точки, «красим потолок» - заодно спросим, в какой цвет ребята хотят его покрасить и так далее. Такой прием позволяет развивать артистизм и способствует быстрому освоению движений танца. Практически все сольные танцы можно объяснить в образах. В дальнейшем простейшие танцевальные композиции, построенные на стилях танцев диско, хип-хоп, можно использовать вместо традиционной разминки. В разминку необходимо включать сложные элементы танцев, которые будут изучаться позже. При изучении парных танцев полезно строить упрощенные композиции со сменой партнеров, что позволит ускорить процесс освоения учебного материала и заодно сплачивает коллектив.

На каждом году обучения дети знакомятся с аналогичными темами, но с техническим усложнением танцевальной программы и рисунка танца. В определенной последовательности изучаются:

- история и характер танца, особенности музыкального сопровождения;
- основные элементы, характеризующие танцы данной группы;
- сочетания движений танца, этюды, учебные комбинации и композиции танца.
- в конце каждого занятия необходимо повторять этюды, композиции или наиболее трудные для исполнения элементы танца по теме занятия.

### ***Постановочная работа.***

Цель постановочной и репетиционной работы: эстетическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей детей, понимание содержательности танцевального образа.

Задача педагога в процессе постановочной работы: воспитание детей в атмосфере творческой дисциплины, развитие активности и сознательности, ассоциативного мышления, пластической выразительности, выявление их артистических способностей, учитывая значение возрастных, индивидуальных психофизических возможностей исполнителей хореографической постановки.

Выбор танцевального репертуара коллектива строится с учетом воспитывающего и обучающего воздействия на личность ребенка.

### ***Практические занятия.***

Выбрать музыкальное произведение для постановочной работы с учетом возрастных и психологических особенностей воспитанников в коллективе. Составить план и программу хореографической постановки. Охарактеризовать будущую постановку исполнителям (рассказать о жанре, структуре музыки, сюжете танца и т.д.). Выбрать исполнителей, определить цели и задачи в постановочной работе.

Прослушать музыкальное произведение, проанализировать характер, темп, ритм, построение музыкальных фраз. Выявить актерское мастерство исполнителей.

В работе над образом в танце:

- изучить лексический хореографический материал, соблюдая специфику практического показа;
- выучить композицию постановки, используя предварительную этюдную работу;
- сохранить индивидуальность каждого исполнителя.

Провести репетиционную работу над хореографическим номером, используя методы и формы педагогической работы в хореографическом коллективе.

Репертуар танцев подбирается с учетом степени заинтересованности детей и полезности художественного и физического развития ребенка. В программу включены танцы различных стилевых направлений, в их числе русские народные танцы. Наиболее сложные элементы танцев желательно включать в разминку, игру, что в дальнейшем значительно облегчит и ускорит восприятие нового материала. При изучении сольных танцев желательно задавать ролевые,

сравнительные образы на группы движений, что поможет ребятам быстрее освоить заданный материал.

Педагог должен следить за физическим и психическим состоянием воспитанников на занятии, т.к. для каждого ребенка норма «полезной» нагрузки разная. В конце занятия необходимо повторить новый материал и дать детям упражнения на релаксацию. Немаловажную роль играет положительная оценка работы ребенка на занятии. Необходимо отмечать самый маленький успех в исполнении воспитанника, одновременно указывая на ошибки и недочеты.

### **3. Список литературы**

#### ***3.1. Основная учебная и методическая литература***

1. Афонькина Ю., Урунтаева Г. Дидактическая игра как средство развития произвольной образной памяти у старших дошкольников. Дошкольное воспитание. – 1992.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца, «Лань», М., 2006г.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии - «Рольф», М., 2000г.
4. Богуславская З.М., Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста: Книга для воспитателей детского сада. – М.: Просвещение. – 1991.
5. Булкина Т.В. В объятиях ласкового «дауна»: о детях с синдромом Дауна // Фактор. 1998.
6. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей младшего школьного возраста» - 4-е изд., Фонд «Петербургский центр творческой педагогики «Аничков мост», 2015г.
7. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танцев для юных, СПб, 2003г.
8. Ваганова А. Основы классического танца - 6-е изд., СПб., 2001г.
9. Воронцов Н.М. Закономерности развития детей и методы его оценки. Учебно-методическое пособие. – Л., 1986г.
10. Давыдова Е.К. Движение как сигнал. М., Наука, 1986г.
11. Заикин Н., Заикина Н. «Областные особенности русского народного танца». Орел, 2004г.
12. Зейгарник Б.В. Психология личности: норма и патология. Под ред. М.Р. Гинзбурга - М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1998 - 352 с. (Серия «Психологи отечества»).

13. Зимина А.Н. Музыкальные игры и этюды в детском саду. Пособие для музыкального руководителя. М., Просвещение, 1971г.
14. Иоффе М.Е. Механизмы двигательного обучения. М., Наука, 1991г.
15. Климов А.А. Основы русского народного танца. Москва, МГИК, 1964г.
16. Коц Я.М. Организация произвольного движения. М., 1975г.
17. Красикова И.С. Осанка, Санкт-Петербург, «Корона принт», 2003г.
18. Левченко И.Ю., Приходько О.Г., Гусейнова А.А. Детский церебральный паралич: коррекционная работа с дошкольниками. -М.: «Книголюб», 2008.
19. Лифиц А. Ритмика. Учебное пособие для студентов средних и высших педагогических учебных учреждений. М., «Академия», 1999г.
20. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца. Учебное пособие. — 4-е изд., стер. — СПб.: Лань, Планета музыки, 2010.
21. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. Для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., «Советский композитор», 1991г.
22. Мастерс Р. Телесное осознание. Психофизические упражнения. «София»: 2006г.
23. Морозова Н.Г. Формирование познавательных интересов у детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии// В сб. Особенности развития и воспитания детей дошкольного возраста с недостатками слуха и интеллекта / Под. ред. Л.П. Носковой. – М., 1984.
24. Моторно-висцеральные функции при различных режимах мышечной деятельности. / Сб. науч. тр., Алма-Ата, 1988г.
25. Особенности развития и воспитания детей дошкольного возраста с недостатками слуха и интеллекта: [Сб. ст.] / НИИ дефектологии АПН СССР; Под ред. Л. П. Носковой. - М.: Педагогика, 1984г.
26. Петрова В.Г., Белякова И.В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? - М.: Флинта: Московский психолого-социальный институт, 1998.
27. Пин Ю. Перспективные направления и формы обучения танцам. – СПб., 2006г.
28. Проблемы физиологии двигательного аппарата. /Под ред. проф. Л.Н. Зефирова, изд-во Казанского ун-та, 1992г.
29. Смит Л. Танцы. Начальный курс, М., 2001г.
30. Управление движением. /Под ред. А.А.Митькина, М., Наука, 1990г.
31. Уральская В.И. Рождение танца. М., Советская Россия, 1982г.
32. Устинова Е.В. Детский церебральный паралич: коррекционная работа с дошкольниками. -М.: «Книголюб», 2008.

- 33.Фомин А.Н., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. М., «Физкультура и спорт», 1981г.
- 34.Фонарева М.И. Развитие движений ребенка – М., «Просвещение», 2006г.
- 35.Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике. М., Музыка, 1987г.
- 36.Чибрикова А.Е. Ритмика. -М., «Дрофа», 2006г.