

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Свердловской области «Верхнепышминская школа-интернат С.А. Мартиросяна,  
реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

**Согласовано:**

Протокол ШМО № 1  
от «23» августа 2022 г.

**Утверждено:**

Приказ № 115  
от «30» августа 2022г.

**Адаптированная дополнительная  
общеобразовательная программа  
«АссортИ»**

Художественная направленность  
(для обучающихся с нарушением зрения)

Автор-составитель:  
Костюхина Нина  
Александровна,  
педагог  
дополнительного  
образования

Верхняя Пышма  
2022

Адаптированная дополнительная образовательная программа танцевального  
кружка «Ассорти» составлена на основании следующих документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
2. ФГОС ООО утвержденные приказом Министерства просвещения РФ №287 от 31 мая 2021г.;
3. Адаптированная основная образовательная программа основного общего образования для слепых и слабовидящих обучающихся, Приказ №118 от 31.08.2022г

## ***1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА***

### ***1.1. направленность***

художественно-эстетическая

#### ***актуальность***

для слабовидящих обучающихся характерно снижение ориентировочных, координационных движений, боязнь выступления на концертной площадке, заниженная самооценка. Занятия в танцевальном кружке позволяют развивать индивидуальные возможности и обеспечивать коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию обучающихся

#### ***отличительные особенности***

программа рассчитана для слабовидящих обучающихся одной конкретной школы, поэтому все ученики могут в рамках школьных мероприятий планомерно продемонстрировать свои танцевальные достижения

#### ***адресат***

ученики 9/2А, 11А классов, слабовидящие и обучающиеся по Брайлю(15-18 лет)

#### ***объем***

общее количество часов - 136, программа рассчитана на 1 учебный год,

#### ***форма обучения***

очная

#### ***методы обучения***

словесные - устное изложение, беседа, объяснение, анализ структуры сюжета танца; наглядные – показ видео материалов, костюмов и атрибутов, показ педагогом приемов исполнения, наблюдение, работа по образцу; практические - упражнения у хореографического станка, тренировочные упражнения, концертные выступления.

#### ***тип занятия***

комбинированный, диагностический, репетиционный, тренировочный

#### ***формы проведения занятий***

беседа, открытое занятие, соревнование, занятие-игра, праздник, тренинг, концерт, репетиция, сюжетно-ролевая игра, импровизация

#### ***срок освоения программы***

36 недель, 9 месяцев

#### ***режим занятий***

занятия проходят во внеурочное время 2 раза в неделю в специально оборудованном классе и на сценической площадке школы.

### ***продолжительность занятий***

занятия проходят 2 раза в неделю, два раза по 2 часа. Участники танцевальной группы «АссортИ» участвуют в концертных мероприятиях школы, поэтому 1 час в месяц посвящается освоению концертной площадки и правильному поведению на сцене.

## ***1.2. Цель и задачи программы***

### ***Цель программы:***

- развитие творческих способностей школьников в процессе музыкально-ритмической деятельности;
- формирование духовной, гуманистически ориентированной развитой, творческой личности средствами танцевального искусства;
- умение владеть выразительными средствами танца, способствовать их физическому развитию, совершенствованию общей и эстетической культуры;
- обеспечение успешности адаптации и интеграции слабовидящих обучающихся в социальную среду посредством включения их в музыкально-танцевальную деятельность;
- преодоление имеющихся у них недостатков в психическом и физическом развитии.

### ***Задачи программы:***

- воспитывать интерес к танцевальным занятиям;
- сохранять и укреплять здоровье;
- совершенствовать психомоторные функции;
- развивать творческие и созидательные способности;
- развивать координацию, точность, выразительность и пластичность движений;
- музыкальный вкус и общий кругозор.

## ***1.3. Учебно-тематический план:***

№	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Беседы о танце. Разбор выступлений.	4	4	
2	Музыкально - ритмические задания для развития ориентировки в пространстве.	16	4	12
3	Упражнения на растяжку	8	1	7
4	Разучивание танцевальных комбинаций.	30	6	24
5	Освоение комплекса статических поз.	10	2	8
6	Постановка массовых танцев	15	3	12
7	Партерные упражнения	4	1	3
8	Танцы репертуарного плана	28	4	24
9	Проверочный урок	8		8
10	Концертное выступление	6		6
11	Импровизация на заданную тему	5	1	4

12	Итоговое занятие, отчетное мероприятие	2		2
	<b>Всего за год:</b>		<b>136</b>	

### ***Содержание учебно-тематического плана***

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа танцевального кружка «АссортИ» включает следующие основные разделы:

- теоретические сведения;
- упражнения на ориентирование в пространстве;
- музыкально-ритмические упражнения;
- элементы танцев, танцы;
- музыкальные игры, импровизация.

Все разделы подчинены репертуарному плану, который в свою очередь учитывает не только возрастную категорию учащихся, но и их психофизическую готовность к исполнению танцевального репертуара.

На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач занятия на каждый раздел отводится различное количество времени.

- Музыкально – ритмические задания для развития ориентировки в пространстве входят составным элементом в каждое занятие и являются его организующим началом. Задания этого раздела учат детей строиться в шеренгу, колонну, цепочку, ходить по кругу, в заданном направлении, разными видами шага (маркировка с высоким подниманием колен, осторожный, мягкий, пружинящий шаг, ходьба, бег с подскоками, между предметами и другие перестроения в различные формы).

Упражнения первого раздела выполняются по инструкции учителя, что воспитывает умения внимательно слушать, запоминать и воспроизводить задания. Так как упражнения на ориентировку в пространстве являются начальным этапом урока, они должны создать определенный настрой и установку на дальнейшее занятие, внутренне и внешне организовать группу, обеспечить нормальную работу. При этом необходимо обращать внимание обучающихся на ведущую роль музыки.

- Основное содержание второго раздела составляют специальные ритмико-гимнастические упражнения - тренаж, способствующие выработке необходимых музыкально - двигательных навыков. Этот раздел включает упражнения на развития мышц шеи, плечевого пояса, корпуса, рук, ног – навыки пространственной микроориентировки. Его можно дополнить упражнениями из программы по физической культуре.

В раздел специальных ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координации движений, крайне необходимых слабовидящим детям.

Плохая координация движений зависит от чрезмерного возбуждения, нервозности или, наоборот, от двигательной пассивности, приводящей к вялости мышц, а также от неумения соотносить движения с музыкой. Возбудимым учащимся следует давать упражнения с успокаивающей лирической мелодией. Детей вялых, апатичных надо учить двигаться с полной амплитудой, предельным напряжением мышц, четко, быстро.

Основная цель данных упражнений - научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения выполняются у хореографического станка и дети сразу же привыкают к понятиям "рабочая нога", "рабочая рука", наклон к станку, правильный поворот через станок. Этот раздел в программе называется – тренаж. Движения выполняются под музыку со сменой движений. В дальнейшем, задания усложняются и выполняются (без опоры на станок) на середине. Убыстряется темп музыки, соответственно и движений, происходит более частая смена заданий.

- Обучению танцам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Данный раздел включает в себя изучение танцевального репертуарного плана.

Задания этого раздела носят не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы, учащиеся знакомятся с историей возникновения танца, с их географической принадлежностью.

Разделы программы в процентном отношении распределяются примерно следующим образом: 40% отводится на специальные тренировочные упражнения, разучивание элементов танцев; 60% занимает разучивание композиций репертуарных танцев.

В программе изложены требования, предъявляемые к танцевальным знаниям, умениям и навыкам учеников.

Материал подобран с учётом возрастных особенностей учеников, их психофизических отклонений, т.е. их возможностей и интересов. Особое внимание – на коррекционную направленность.

### ***1.4. Планируемые результаты***

#### ***Метапредметные результаты:***

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, возможности ее решения;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемым результатом, осуществлять контроль своей деятельности, корректировать свои действия в соответствии с ситуацией;
- умение применять полученные знания в повседневной жизни, умение отстаивать свою творческую позицию, быть мыслящей и активно действующей творческой личностью;
- навыки общения и успешной адаптации во всех микросоциумах. владение исполнительским и актерским мастерством;
- умение гармонично владеть всем телом, анализировать, сравнивать, обобщать увиденные танцевальные произведения.

#### ***Личностные результаты:***

- устойчивая мотивация к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- стремление к саморазвитию и самосовершенствованию;

- приверженность принципам здорового образа жизни.;
- владение основами самоконтроля и самооценки;
- выразительное, образное, эмоционально наполненное исполнение танцевальных композиций;
- умение работать индивидуально и в группе.

### ***Предметные результаты:***

- начальное профессиональное развитие знаний, умений, навыков по хореографии:
- владение терминологией основ современного танца;
- представление о танцевальных жанрах и стилях современного танца, об истории и современном состоянии хореографического искусства;
- знание элементов классического и народного танца;
- знание основ классического экзерсиса у опоры и на середине зала;
- знание элементов музыкальной грамоты.

В результате освоения адаптированной программы танцевального кружка ребенок будет знать основные элементы народного, бального и исторического танцев;

будет стремиться преодолевать трудности в освоении упражнений и танцевальных движений;

развивать чувства ритма, связи движений с музыкой;

получит навыки ритмичности и пластичности движений, умения управлять темпом движений;

получит навыки в исполнении выразительного движения и самовыражения;

будет стремиться преодолевать трудности в освоении упражнений и танцевальных движений;

у ребенка будет формироваться ритмичность и пластичность движений, умение управлять темпом движений;

будет развиваться двигательная активность, координация движений для уверенного владения своим телом;

будет обучен выполнять специальные упражнения для развития микроориентировки;

будет сформирована потребность в выполнении движений под музыку;

получит навыки ориентировочной, регулирующей и контролирующей роли зрения при выполнении различных видов ритмических упражнений;

научится выполнять движения танцевального репертуарного плана;

будут развиты творческие способности;

будет воспитано уважение к нормам коллективной жизни.

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

### ***2.1. Календарный учебный график:***

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа танцевального кружка «Ассорти» рассчитана на 36 недель по 4 часа в неделю, 136 часов в год. Занятия проходят во внеурочное время.

### ***2.2. Условия реализации программы:***

***Материально-техническое обеспечение программы:***

занятия проходят в специально оборудованном кабинете «Ритмика» где имеются хореографические станки и зеркала. Для развития правильной ориентировки в пространстве для слабовидящих детей на паркете обозначен центр и круг яркого желтого цвета. Кабинет оснащен техническими средствами: аудиоцентр и фортепиано. Для концертных выступлений имеются соответствующие костюмы и атрибуты к ним.

***Приборы и оборудование:***

- CD проигрыватель с USB
- фортепиано

***Костюмы:***

- удобная форма для работы на занятиях;
- мягкая обувь;
- сценические костюмы.

***Информационное обеспечение:***

- книги и журналы о хореографии;
- видеокассеты, DVD с записью хореографического материала;
- видеозаписи выступлений, концертов;
- интернет-источники.

***Методические материалы:***

- иллюстрации;
- стенды;
- сценарные разработки;
- фотографии, видео и аудио материалы к практическим темам.

***Методы обучения:***

- словесный (беседа, устное изложение, инструкция);
- наглядный практический (выполнение работы по сценарию);
- объяснительно-иллюстративный (видеоматериалы, иллюстрации);
- репродуктивный (воспроизведение базовых элементов по образцу);
- частично-поисковый (творческий поиск).

***Методы воспитания:***

- убеждение;
- поощрение;
- стимулирование;
- мотивация.

***Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:***

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные, народно-тематические, бальные элементы;
- игры: сюжетные, несюжетные, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

***Структура занятия состоит из четырех частей:***

I часть включает задания на развитие ориентировки в пространстве: построение, приветствие,

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

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

IV часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

### **2.3. Форма аттестации:**

Для полноценной реализации программы используются виды контроля:

- входящий контроль (внешняя диагностика обучающихся, опрос, беседа);
- текущий контроль практических навыков (педагогическое наблюдение за деятельностью обучающихся, технический зачет);
- промежуточный контроль (творческая работа, игровые задания);
- итоговый контроль проводится в конце учебного года, где отслеживаются уровень освоения обучающего курса, динамика освоения практических навыков, техника танцевального исполнения (открытые занятия, технические зачеты, концертная деятельность и танцевальные конкурсы)

В процессе образовательной деятельности используются:

- собеседование
- наблюдение
- анкетирование
- тестирование
- выступления
- творческие работы.

Формы подведения результатов:

- опрос
- практическое занятие
- открытое занятие
- технический зачет

В течение года дети выступают не менее 2-х раз. Новогодние праздники, заключительное отчетное мероприятие. Выученные на занятиях движения, танцы дети используют в выступлениях на уровне класса, параллели или школы.

### **2.4. Методические материалы:**

Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала в кабинете имеются аудио и видеозаписи, дидактические пособия в виде костюмов и атрибутов к разучиваемым танцам, видео - записи выступлений на концертах.

## **3. Список литературы:**

### **Литература для педагога:**

1. Гиршон А. Статья «Танцевальная импровизация в России». - 2015.



2. Ивлева Любовь. Анатомия и биомеханика в хореографии. Челябинск. Челябинский

Государственный институт культуры, 2017.-83с.

3. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением

Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.);

4. Костантинова А. И. Игровой стрейчинг: методика работы с детьми дошкольного возраста. - СПб., 1993. - 76 с.

5. Н.В.Меднис, С.Г.Ткаченко: Введение в классический танец 2011 год.

6. Народно-сценический танец и методика его преподавания: учебное пособие.

Автор:

Бриске И.Э.

7. Никитин В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце. 3-е изд., стер. —

СПб.:

Лань, Планета музыки, 2017. — ISBN 9785811419609.- 128 с, ил.

8. Никитин В. Ю. Основные закономерности и приемы массовых хореографических

композиций КУКИиТ, 2015. 10 с.

9. Сборник материалов для ДШИ «О реализации дополнительных предпрофессиональных общеобразовательных программ в области искусств» (Авт.-сост. А.О. Аракелова. – Москва: Минкультуры России, 2012. - Ч.1. – 118 с.)

10. Сироткина И.Свободное движение и пластический танец в России.- 2014

11. Шариков Д.И.Хореография. Начальное пособие 2011г

12. Шарова Н.И.Детский танец. СПб.: Планета музыки; Лань, 2011. — 64 с.

#### ***Литература для обучающихся:***

1. Мультки для детей песенка – игра. URL: <https://www.youtube.com/watch>. 3.

Танцевально-игровая гимнастика для детей. URL: <https://www.labirint.ru/books/1498>

2. Песенки для детей URL: <https://www.youtube.com/watch>.

3. «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы)

<http://>