

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  
«Карамельки»**

Художественная направленность  
(для обучающихся с нарушением зрения)

Автор-составитель:  
Костюхина Нина  
Александровна,  
педагог  
дополнительного  
образования

Верхняя Пышма

2022

Адаптированная дополнительная образовательная программа танцевального кружка «Карамельки» разработана 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.
4. При составлении данной программы были использованы: авторская программа педагога дополнительного образования ЗОУО г. Москвы Копынёвой А.В.

## ***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. Программа основывается на интересах детей, что позволяет педагогу вызывать у обучающихся положительное отношение к хореографическому искусству, а также приобщать детей к истокам русского народного танца, воспитанию патриотического отношения к культурным истокам своей страны.

#### ***отличительные особенности***

программа рассчитана для слабовидящих обучающихся одной конкретной школы, поэтому все ученики могут в рамках школьных мероприятий планомерно демонстрировать свои танцевальные достижения. Особенность заключается в комплексном использовании трех методов: метода музыкального движения, метода хореокоррекции и методики партерного экзерсиса.

Сочетание современных танцевальных направлений, бального танца и народного танца, прививая любовь к народному танцу прослеживая тем самым непрерывное развитие танцевального искусства и последовательный переход к новым танцевальным направлениям.

### ***адресат***

обучающиеся 2 - 4 классов (8-11 лет). Число детей, находящихся в группе 8 -10 человек. Комплектование групп осуществляется с учетом возрастных, индивидуально-психологических и физиологических особенностей обучающихся. Группы комплектуются из всех желающих, без предварительного отбора, безотносительно к способностям ребенка, наличию или отсутствию у него каких-либо хореографических данных (большой подъем, шаг, прыжок, гибкость). Дети младшего школьного возраста ощущают потребность в активном движении. На данном возрастном этапе еще представляется возможным скорректировать некоторые физические особенности (сутулость, слабый тонус мышц, плоскостопие и т.д.), являющиеся следствием недостаточной двигательной активности современного школьника. Педагог учитывает особенности каждого обучающегося и обеспечивает индивидуальный подход к нему.

### ***Возрастные особенности развития слабовидящих и слепых детей 7-10 лет.***

Чтобы правильно строить общение с детьми, необходимо знать возрастные психологические особенности развития детей. От 7 до 10 лет у ребёнка начинается новая деятельность – учебная. Именно тот факт, что он становится учеником, человеком учащимся, накладывает совершенно новый отпечаток на его психологический облик и поведение. Ребёнок не просто овладевает определенным кругом знаний. Он учится учиться. Под воздействием новой, учебной деятельности изменяется характер мышления ребёнка, его внимание и память.

Теперь его положение в обществе – положение человека, который занят важной и оцениваемой обществом работой. Это влечёт за собой перемены в отношениях с другими людьми, в оценивании себя и других.

Ребёнок осваивает новые правила поведения, которые являются общественно направленными по своему содержанию. Выполняя правила, ученик выражает своё отношение к окружению, педагогу. Не случайно первоклассники, особенно в первые дни и недели пребывания в учебном коллективе, чрезвычайно старательны в выполнении этих правил.

Ребёнок впервые встречается с новым для себя способом взаимодействия со взрослым человеком. Педагог является не временным «заместителем родителей», а представителем общества, имеющим определённый статус, и ребёнку приходится осваивать систему деловых отношений. В то же время

младшие школьники в своей массе отличаются отзывчивостью, любознательностью, доверчивостью в проявлении своих чувств и отношений. Интересы младших школьников неустойчивы, ситуативны. Более выражен интерес этих детей к предметам эстетического цикла (рисование, лепка, пение, музыка). По своей направленности дети этого возраста индивидуалисты. Лишь постепенно под влиянием воспитания у них начинает складываться коллективистическая направленность. Большое значение для этого имеет организация коллективно-распределительной работы учащихся в малых группах, при которой работа каждого зависит от результатов работы остальных и когда каждый отвечает не только за свою личную работу, но и за работу всей группы.

Таким образом, ведущей в младшем школьном возрасте становится учебная деятельность. В рамках учебной деятельности складываются психологические новообразования, характеризующие наиболее значимые достижения в развитии младших школьников и являющиеся фундаментом, обеспечивающим развитие на следующем возрастном этапе. Задача взрослых – помочь ребёнку реализовать свои потенциальные возможности, раскрыть ценность умений каждого и для других детей.

### ***объем***

общее количество часов - 68 часов, программа рассчитана на 1 учебный год, занятия проходят 2 раза в неделю по 1 часу

### ***форма обучения***

очная

Основные формой организации процесса обучения:

- индивидуальная;
- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамбль.

### ***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, по 2 часа. Продолжительность одного академического часа – 40 минут; перерыв между занятиями не менее 10 минут. Участники танцевальной группы «Карамельки» участвуют в концертных мероприятиях школы, поэтому 1 час в месяц посвящается освоению концертной площадки и правильному поведению на сцене.

Этот уровень является диагностическим, предполагает минимальную сложность предлагаемого материала. Обучающиеся получают навыки танцевальных движений, изучают основы хореографического искусства.

## ***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:***

#### ***Обучающие:***

- познакомить обучающихся с историей возникновения и развития танца;
- обучить элементам классического и народного танца;
- обучить основам партерной гимнастики;
- поэтапное овладение основам классического экзерсиса у опоры и на середине зала;
- обучить элементам музыкальной грамоты.

#### ***Развивающие:***

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству, любознательность и умение творчески мыслить;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, развивать художественный вкус.

#### ***Воспитательные:***

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности;
- воспитание патриотического отношения к своей Родине и истокам ее культуры.

#### ***Коррекционные задачи программы:***

- развитие произвольное внимание
- развитие и коррекция памяти
- обогащение активного и пассивного словаря
- формирование навыков зрительного, зрительно-осознательного и слухового анализа
- развитие коммуникации

- развитие мелкой моторики и зрительно-моторной координации
- развитие и совершенствование умения ориентироваться в микро- и макропространстве
- воспитание культуры межличностного взаимодействия.

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

№	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Беседы о танце. Разбор выступлений.	2	2	
2	Музыкально - ритмические задания для развития ориентировки в пространстве.	6	2	4
3	Ритмико - гимнастические упражнения	6	2	4
4	Разучивание танцевальных комбинаций.	8	2	6
5	Освоение комплекса статических поз.	6	2	4
6	Постановка массовых танцев	8	1	7
7	Музыкальные игры	8	1	7
8	Танцы репертуарного плана	14	2	12
9	Проверочный урок	2		2
10	Концертное выступление	3		3
11	Импровизация на заданную тему	4	1	3
12	Итоговое занятие, отчетное мероприятие	1		1
<b>Всего за год:</b>		<b>68</b>		

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

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

- введение в предмет;
- 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.

Введение в предмет.

Теория:

Инструктаж по технике безопасности для обучающихся в кабинете хореографии; правила

поведения на занятии и после его окончания, а также в экстренных ситуациях.

Знакомство с планом на текущий год и новыми танцевальными направлениями.

- 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 определенную 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.

Теория:

Повторение и усложнение ранее изученного материала по данной теме.

Практика:

1 Начало тренировки мышечного аппарата ребенка;

- выработка осанки, опоры, эластичности и выносливости суставов;
- выработка выворотности и крепость голеностопного, коленного и тазобедренного суставов;
- постановка корпуса у станка (в выворотной позиции, лицом к станку).

2. Позиции ног - I, II, III.

3. Постановка рук;

- Battement tendu по I -III позициям;
- Demi plie (музыкальный размер 4/4);
- Passe par terre;
- Rond de jambe par terre;
- Battement frappe;
- Releve;
- Saute;
- Наклон корпуса вперед;
- Прогибание корпуса назад;
- Растяжка в сторону в сочетании с прогибанием корпуса назад;

Allegro

- Трамплинные прыжки;
- Комбинации на прыжки saute (I, II, III позиции);

Упражнения на середине зала

- Положение кисти allongee;
- Позиции рук;
- Комбинации на сочетание позиций рук;
- Попеременные переводы рук;
- Упражнения на координацию и укрепление косых мышц спины по системе стретчинга (растяжки).

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:***

Обучающийся должен знать:

- правила хорошей осанки, владеть положениями рук, ног, положениями корпуса, грамотно произносить названия движений классического танца, народного танца;
- знать перевод основных элементов.

Обучающийся должен уметь:

- владеть техникой исполнения движений классического танца, народного танца, джаз-танца, акробатики;
- уметь свободно двигаться в пространстве в различных направлениях, перестраиваться;
- свободное владение исполнительскими навыками в процессе работы

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

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

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа танцевального кружка «Карамельки» рассчитана на 36 недель по 2 часа в неделю, 68 часов в год. Занятия проходят во внеурочное время.

### ***2.2. Условия реализации 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.

***Методы отслеживания (диагностики)*** успешности овладения обучающимися содержанием программы: педагогическое наблюдение, педагогический анализ участия воспитанников в мероприятиях и результатов их выступлений, видеоматериалы выступлений. 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

### ***2.3. 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;
- 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.

### ***2.4. 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 4-х раз. Осенние хороводы, Концерт ко Дню учителя, Новогодние праздники, заключительное отчетное

мероприятие. Выученные на занятиях движения, танцы дети используют в выступлениях на уровне класса, параллели или школы.

### **3. Список литературы:**

#### ***Литература для педагога:***

1. Гиршон А. Статья «Ганцевальная 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.labyrinth.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://dyagilev.arts.mos.ru/education\\_activities/programs](http://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs)