

Министерство образования и науки Калужской области
Государственное казенное образовательное учреждение Калужской области
«Кировская школа - интернат для обучающихся с ограниченными возможностями
здоровья»

Утверждаю:

Приказ директора ГКОУКО

«Кировская школа-интернат»

« 29 » августа 2025 № 95

Директор

Османова И.А



Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа дополнительного образования художественной направленности

«Хореография»

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор:

Воспитатель

Медведкова И. А.

г. Киров
2025 г.

Структура программы

1. Пояснительная записка	стр.3
2. Учебно-тематический план	стр.7
3. Содержание изучаемого курса.	стр.12
4. Методическое обеспечение и условия реализации программы.	стр.13
5. Список литературы	стр.14

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- СанПиН 4.3648-20 от 27.10.2020 г. № 32 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности с ОВЗ. Занятия хореографией приобщают глухого ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит глухих детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют глухих детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося с ОВЗ. В танце находит выражение жизнерадостность и активность глухого ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник с овз учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит глухому ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь глухим детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Направленность программы «Хореография» по содержанию является художественной.

По уровню освоения - базовой.

По форме организации - групповой.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ

сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей с ОВЗ.

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития глухого ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания глухих детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на глухого ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник с ОВЗ познает многообразие танца: классического, народного, современного. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Новизна дополнительной образовательной программы «Хореография» основана на представлении хореографии во всем ее многообразии, что предоставляет более широкие возможности для творческого самовыражения обучающихся с ОВЗ.

Отличительные особенности программы - это укрепление физического и психологического здоровья обучающихся с ОВЗ, повышение эмоционального благополучия глухих детей. Формирование у учащегося с ОВЗ чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формирование самодостаточного проявления своего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий глухого ребенка в коллективном постановочном процессе.

Адресат программы. Программа адресована глухим детям 7-17 лет. При реализации программы учитываются психические и физиологические особенности глухих детей младшего школьного возраста. Глухие дети 7-17 лет считают взрослого своим идеалом и стремятся во всем ему соответствовать. Формируется способность к целенаправленному систематическому труду. Память и мышление имеют образный характер. Особое внимание в этом возрасте уделяется развитию двигательного аппарата. Формируются свойства личности: ответственного отношения к учебе, готовности учиться, чувства дружбы, товарищества, любви к Родине. Нравственные качества становятся более устойчивыми.

В группу обучения принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний по заявлению на добровольной основе. Группа может формироваться как одновозрастной, так и разновозрастной. Наполняемость в группах составляет 15 человек.

Цель программы - развитие личности глухого ребенка и его способности к творческому самовыражению средствами хореографии.

Задачи

Обучающие:

- сформировать навык постановки корпуса, рук и ног;
- сформировать знания отличительных особенностей разных видов танца;
- познакомить с основами музыкально-ритмической грамотности;
- сформировать исполнительскую культуру и исполнительское мастерство;
- сформировать художественный вкус путем знакомства с лучшими образцами мировой танцевальной культуры.

Развивающие:

- развить творческие способности;
- развить физические качества и двигательные навыки;
- развить чувство ритма;
- развить психофизические способности.

Воспитательные:

- развить интерес к хореографическому искусству;
- приобщить к активному и здоровому образу жизни;
- воспитать чувство товарищества и личной ответственности;
- помочь преодолеть страх перед выступлением на сцене.

Сроки реализации образовательной программы. Программа рассчитана на 1 год обучения, занятия проводятся 2 раза в неделю. На полное освоение программы требуется 68 часов, включая участие в конкурсах и фестивалях, посещение концертов.

Формы занятий. Форма организации деятельности обучающихся — групповая.

Формы проведения занятий:

- групповое занятие;
- беседа;
- наблюдение;
- репетиция;
- выступления;

Режим занятий. Занятия проходят 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Методика организации занятий

На занятиях глухие дети знакомятся с основами хореографического мастерства, музыкальной грамотой, принципами здорового образа жизни. Освоение материала в основном происходит в процессе практической творческой деятельности. Подача материала основана на принципе последовательности и систематичности. Используемые методы и приемы обусловлены структурой урока:

- *Словесный метод.* Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, анализ выступлений, оценка.
- *Практический метод.* Заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.
- *Наглядный метод.* Выразительный показ под счет, с музыкой.
- *Игровой метод.* Игры на развитие музыкально-ритмической координации, актерского мастерства.
- *Концентрический метод.* Возвращение к изученным движениям и композициям, но в более усложненном варианте.
- *Музыкальное сопровождение как методический прием.* Умелый подход к выбору музыкального материала для каждого упражнения позволяет научить глухого ребенка согласовывать свои движения с музыкой.

Ожидаемые результаты.

К концу года обучения обучающийся будет:

- знать единые требования о правилах поведения в хореографическом классе, и на сцене;
- знать требования к внешнему виду на занятиях;
- знать хореографические названия изученных элементов.;
- уметь воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- уметь координировать свои движения;
- уметь корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- самостоятельно выполнять изученные элементы танца;

Способы проверки результатов освоения программы.

Контроль знаний и умений учащихся осуществляется через использование разных форм и методов:

- педагогическое наблюдение за ребенком во время занятий;
- текущий контроль знаний в процессе работы над упражнениями;
- мониторинг самооценки обучающихся;
- педагогический анализ участия обучающихся в различных массовых мероприятиях, конкурсах, фестивалях, мастер-классах;
- итоговый контроль умений и навыков при анализе работы.

Учебно-тематический план.

№ пп	Название раздела	Количество часов			Формы контроля, аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмика и основы хореографии	8	1	7	Педагогическое наблюдение
2.	Азбука музыкального движения	12	1	11	Педагогическое наблюдение
3.	Основы народно-сценического танца.	16		16	Педагогическое наблюдение
4.	Основы современно-эстрадного танца.	14		14	Педагогическое наблюдение
5.	Постановочная и репетиционная работа	18		18	Педагогическое наблюдение, концертные выступления
	Всего часов:	68	2	66	
	Итого	68			

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения программе	Дата окончания обучения программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 сентября	31 мая	34	68	2 раза в неделю по часу

Календарно-тематическое планирование по хореографии на учебный год

№ п/п	Содержание занятия (название темы)	Кол-во часов	Дата занятия
1.	Позиции рук и ног.	1	
2.	Строевые упражнения. Перестроения.	1	
3.	Танцевальные шаги по диагонали.	1	
4.	Простые прыжки по диагонали.	1	
5.	Простые вращения по диагонали.	1	
6.	Элементы гимнастики.	1	
7.	Проучивание танцевальных комбинаций.	1	
8.	Проучивание танцевальных комбинаций	1	
9.	Рисунки танца.	1	
10.	Танцевальные шаги на середине зала.	1	
11.	Прыжки по диагонали и на середине зала.	1	
12.	Проучивание танцевальных комбинаций.	1	
13.	Проучивание танцевальных комбинаций.	1	
14.	Отработка проученного материала.	1	
15.	Танцевальные шаги на месте и в движении.	1	
16.	Работа над правильным исполнением проученных шагов.	1	
17.	Танцевальные шаги с работой рук.	1	
18.	Работа над исполнением движений.	1	
19.	Повторение проученных комбинаций.	1	
20.	Разучивание танцевальных движений.	1	
21.	Постановка номера.	1	

22.	Постановка номера.	1	
23.	Постановка номера.	1	
24.	Постановка номера.	1	
25.	Постановка номера	1	
26.	Постановка номера	1	
27.	Шаги русского танца по диагонали.	1	
28.	Отработка проученных шагов.	1	
29.	Притопы.	1	
30.	Отработка проученного материала.	1	
31.	Элементы народного танца. Проучивание.	1	
32.	Работа над исполнением движений.	1	
33.	Поучивание хлопущек.	1	
34.	Присядка. Трюки в народном танце.	1	
35.	Проучивание мужских комбинаций.	1	
36.	Дробные выстукивания.	1	
37.	Постановка этюда.	1	
38.	Постановка этюда.	1	
39.	Перестроения на середине зала. Рисунки танца.	1	
40.	Фигурное перестроение на середине зала.	1	
41.	Проучивание танцевальных движений.	1	
42.	Закрепление танцевальных движений.	1	
43.	Постановка этюда.	1	
44.	Постановка этюда.	1	
45.	Постановка этюда.	1	
46.	Постановка этюда.	1	

47.	Проучивание танцевальной комбинации.	1	
48.	Закрепление пройденного материала.	1	
49.	Танцевальные пражнения « Нарисуй себя», «Стирка»	1	
50.	Музыкальные игры «Змейка», «Воротца»	1	
51.	Пантомима как средство выразительности.	1	
52.	Ритмическая игра на развитие эмоциональной сферы учащегося.	1	
53.	Самостоятельная деятельность детей по заданию учителя.	1	
54.	Пластика как средство выразительности.	1	
55.	Музыкальная игра «Повтори за мной»	1	
56.	Пластический этюд.	1	
57.	Пластический этюд.	1	
58.	Пластический этюд.	1	
59.	Самостоятельная деятельность детей по заданию учителя.	1	
60.	Проучивание танцевальных связок.	1	
61.	Исполнение танцевальных связок.	1	
62.	Закрепление движений современного танца.	1	
63.	Постановочная и репетиционная работа.	1	
64.	Постановочная и репетиционная работа.	1	
65.	Постановочная и репетиционная работа.	1	
66.	Постановочная и репетиционная работа.	1	
67.	Постановочная и репетиционная работа.	1	
68.	Постановочная и репетиционная работа.	1	

ИТОГО: 68 часов

Содержание изучаемого курса.

Ритмика и основы хореографии. 8 часов

Знакомство с особенностями танцевальных жанров: марш, галоп, вальс. Упражнения под различный музыкальный материал со сменой движений в зависимости от характера музыки. Упражнения для укрепления мышечного аппарата, развития физических данных ребенка, а также силы и выносливости. Упражнения для развития координации движений.

Азбука музыкального движения. 12 часов

Бег по кругу, выбрасывая прямые ноги вперед, сгибая колени вперед. Галоп с поворотом во время движения. Подскоки с продвижением, с поворотом, с хлопками. Упражнения для головы, рук, мышц спины, плечевого сустава. Коллективно-порядковые и ритмические упражнения, упражнения на развитие техники танцевальных движений,

Основы народно-сценического танца. 16 часов

Начинает изучаться экзерсис. Пять открытых позиций рук, переводы ног из позиции в позицию, движение руки, движение руки в координации с движением ноги, приседания, полуприседания. Хлопушки: хлопки над головой, в паре по коленям, по рукам партнера; тройной притоп. Прыжки с поджатыми ногами назад и поджатыми коленями вперед. Изучение элементов танцев разных народностей, более сложных танцевальных композиций, способствующих развитию координации движений учащихся. Притопы: удар поочередно каждой ногой, drobный шаг.

Основы современно-эстрадного танца. 14 часов

Воспитанники начинают изучать простые особенности эстрадного танца: шаги, наклоны головы, движения руками и ногами. Активно в работе применяются танцевальные игры: «Тренируем эмоции», «Танец пяти движений», «Нарисуй себя», «Стирка». Новыми в обучении является танцевальная импровизация. Задания на определение способностей к импровизации: «Свободный танец», «Подари движение». Игры народов мира: Япония - «Чужеземцы», Грузия - «Бег вокруг флажка», Танзания - «Точильный камень».

Постановочная и репетиционная работа. 18 часов

Данный раздел включает в себя подготовку танцевальных номеров, отработку элементов танца, работу над движениями и связками. Этюды: «Куклы», «Маленькие девочки», «Снежинки», «Шарики-фонарики», «Елочка

Методическое обеспечение и условия реализации программы.

В процессе обучения по образовательной программе в качестве методов контроля используются:

- ежедневные наблюдения на занятиях;
- контрольные занятия;
- конкурсы;
- диагностика мотивов посещения;
- диагностические карты результативности обучения;
- анкетирование.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится диагностика:

- *Входная.* Проводится в сентябре и определяет стартовый уровень физических данных учащихся, ранее не занимавшихся по образовательной Программе.
- *Промежуточная.* Она проводится в декабре. И показывает динамику результативности освоения Программы.
- *Итоговая.* Проводится в конце года. Это участие в областном конкурсе МДИ, по итогам которого обучающиеся получают дипломы участника или лауреата.

Материально-технические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы

- Оборудованного станками и зеркалами репетиционного зала
- Музыкальных инструментов (фортепьяно и баян)
- Видео- и аудиоаппаратуры
- Небольшой комнаты для хранения сценических костюмов и аксессуаров
- Речевых табличек
- Нотного и плясового материала

Для занятий необходима специальная одежда.

- Футболка/шорты (штаны)
- Носки;
- Балетки черные;
- Балетки
- Обувь для народного танца;

Список используемой литературы

Для педагога:

1. Боголюбска М.С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. - М., 1986.
2. Боголюбска М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самостоятельных хореографических коллективах. - М., 1982.

3. Вакулова А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. - Ярославль, 1999.
4. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе. - СПб.:СПбГУП, 2006.
5. Громова Е.Н. Образцы детских танцев из классических балетов. - СПб.:СПбГУП, 2006.
6. Зарипов Р.С. драматургия и композиция танца: взгляд из зрительного зала. – Новосибирск, 2008.
7. Захаров Р.В. Сочинение танца. - М.: «Искусство», 1983.
8. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д: «Феникс»., 2003
9. Кацер О.В., Коротаева С.А. Музыка. Дети. Здоровье. Игровая методика развития музыкальных способностей детей. - СПб.: ЛОИРО, 2007.
10. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования. - М.: «ВЛАДОС», 2003.
11. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. - Ленинград, 1981.
12. Лисицкая Т.С. Ритм+пластика. - М.: ФиС, 1987.
13. Мессерер А.М. Танец, мысль, время. - Ленинград: «Искусство», 1992.
14. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стрейчингом — Спб.: УМЦ «Аллегро», 1993.
15. Сапогов А.А. Апломб. – СПб.:СПбГУП, 2006.
16. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: развитие внимания и воображения для школьников.
17. Уральская В.И. Природа танца. - М.: «Советская Россия», 1981.
18. Фридман Л. М. Психология детей и подростков: справочник для учителей и воспитателей. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003.

Для детей:

1. Асафьев Б. О балете. – Л.: издательство «Музыка»., 1974.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2001.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. - Спб.: «Диамант», 1997.
4. Громов Ю.И. Воспитание танцем. – СПб.: СПбГУП, 2006.
5. Дункан А. «Моя жизнь», 1930.