

Администрация Искитимского района Новосибирской области  
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Линёвская школа – интернат для обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья»  
Искитимского района Новосибирской области.

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
«\_30\_»\_08\_2022г  
Протокол № \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Директор ОУ  
\_\_\_\_\_ Габова Е. А.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ АДАПТИРОВАННАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА

художественной направленности

«Грация»  
(название)

Возраст обучающихся: 10- 15 лет.  
Срок реализации программы: 1 год.

**Преподаватель**

**Зуборева Ольга Ильинична** - Воспитатель-I квалификационной категории (педагог  
дополнительного образования)

**Уровень образования:** Высшее профессиональное образование

**Стаж:** 8 лет

**Курсы повышения квалификации:** В 2021 г. ООО " Центр инновационного  
образования и воспитания " - Педагог дополнительного образования

р.п.Линево

2022 год

## **Пояснительная записка.**

Данная дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа «Грация» разработана с учетом следующих документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р
3. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.
7. Устава МКОУ «Линёвская школа-интернат».

### **Направленность, общая характеристика.**

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

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

По природе своей живой, физически активный характер танца имеет особую практическую ценность в наши дни, когда неподвижная и малоактивная

деятельность стала занимать доминирующее положение в образе жизни детей.

Программа художественной направленности «Грация» способствует развитию познавательных интересов и творческих способностей детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), удовлетворению их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном, физическом совершенствовании, адаптации в современном обществе.

**Актуальность программы:** состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

### **Новизна программы**

Данная программа направлена на разучивание хореографических композиций, а также интеграцию танцевального и театрального искусства, для чего в программу включены занятия по выработыванию пластики тела, основам обучения дыханию, знакомству с основами актёрского мастерства, развитию способности к импровизации.

### **Адресат программы.**

Программа рассчитана на микрогруппу детей (2-9 чел.) без учёта гендерных различий. Состав: смешанный (от 10 до 15 лет), постоянный.

**Уровень:** стартовый.

**Объём сроки освоения программы.** Общее количество учебных часов:

- в неделю: 4 часа
- I четверть: 32 часа
- II четверть: 32 час
- III четверть: 36 часа
- IV четверть: 32 часа
- год: 132 часа

**Формы обучения:** очная

**Особенности организации образовательного процесса.** Традиционная форма.

**Режим занятий.**

4 занятия в неделю в микрогруппах.

**Цель программы:**

Гармоничное развитие детей с ОВЗ посредством танцевального искусства, через приобретение базовых знаний по хореографии, творческих качеств и навыков танцовщиков.

## **Задачи программы:**

### **Предметные:**

- научить выполнять упражнения для развития тела;
- обучить музыкальной грамотности средствами хореографии;
- разучить отдельные элементы танца;
- учить логичности и грамотности построения танцевальных движений;
- приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знание детей о танце, его истории.
- познакомить детей с различными видами танцев;
- создать условия для развития творческой активности детей, участвующих в танцевальной деятельности, а также поэтапного освоения детьми различных видов творчества.

### **Развивающие:**

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

### **Коррекционно- развивающие:**

- исправление присущих детям с ОВЗ недостатков психофизического развития;
- содействие развитию и выявлению положительных сторон личности ребенка с ОВЗ;
- воспитание детей с ОВЗ наиболее трудоспособными и полезными членами общества.

## Содержание программы

### 1. Вводное занятие.

Сбор участников коллектива.

Ознакомление с репертуаром. ТБ в актовом зале. – 2 часа.

### 2. Разучивание разминки. – 2 часа.

### 3. Разучивание новых движений танца « Соловушка » – 14 часов.

### 4. Подготовка ко Дню учителя.

Разучивание новых движений к танцу «Тихий час» - 14 часов.

### 5. Подготовка к Новому году. Разучивание новых движений . -15 часов

### 6. Подготовка к новогодним мероприятиям.

Разучивание танца «Русские зимы» -17 часов.

### 7. Повторение выученных танцев, разучивание новых движений современного танца. -18 часов.

### 8. Подготовка к мероприятию 8 Марта. -18 часов.

### 9. Подготовка к мероприятию «Зажгись -Звезда!».

Участие в праздничном мероприятии. – 15 часов

### 10. Подготовка к мероприятию, Посвящённому 9 мая.

Прогонная репетиция выученного танца.. – 17 часа.

Итого : 132 часа.

## Особые условия

Участники программы могут не обладать первоначальными навыками. Программа учитывает особенности детей с интеллектуальными нарушениями от 10-15 лет для обеспечения результативности.

## Планируемые результаты

*Личностными результатами* освоения учащимися курса танца являются:

- проявление познавательных интересов и активности в данной области;
- развитие трудолюбия и ответственности за качество своей деятельности;
- овладение установками, нормами и правилами научной организации умственного и физического труда;
- развитие самостоятельности и личной ответственности в деятельности

*Метапредметными* результатами освоения курса танца являются:

- планирование процесса познавательно-трудовой деятельности;
- комбинирование известных алгоритмов технического и технологического творчества в ситуациях, не предполагающих стандартного применения одного из них;
- самостоятельная организация и выполнение различных творческих работ по созданию изделий;

- согласование и координация совместной познавательной-трудовой деятельности с другими ее участниками;
- оценивание своей познавательной-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
- соблюдение норм и правил безопасности познавательной-трудовой деятельности и созидательного труда.

**Предметными** результатами освоения курса танца являются:

- знать манеры исполнения танца;
- уметь двигаться в такт музыке;
- уметь строиться в колонну по одному, находить своё место в строю, занимать правильное исходное положение;
- уметь ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- частично соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- уметь выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

### **Календарно-тематическое планирование**

№	Содержание тем	Всего часов	Теория	Практика	Формы проведения занятия
1	Вводное занятие. . Сбор участников коллектива. Ознакомление с репертуаром. ТБ в актовом зале.	2	2		
2	Разучивание разминки	2		2	Танцевальная репетиция
3	Разучивание новых движений к танцу : « Соловушка .»	14			Танцевальная репетиция
3.1	Маршировка в темпе и ритме танца	2		2	
3.2	Постановка рук и ног в танце	3		3	
3.3	Движение в образе по кругу.	3		3	
3.4	Упражнение для стопы, вытянутость носочков.	2		2	
3.5	Фигурная маршировка	2		2	

<b>4.</b>	Подготовка ко Дню учителя. Разучивание новых движений к танцу «Тихий час»	14			
4.1.	Разминка. Отработка шага с вытянутыми носочками.	2		2	Праздник
4.2	Разминка, танцевальное движение «Пружинка с поворотом», «Подскоки в повороте». Разучивание движений современного танца «Тихий час»	3		3	Танцевальная репетиция
4.3.	Постановка головы, рук, ног. Разучивание движений современного танца «Тихий час»,	4		4	Танцевальная репетиция
4.4.	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных. Шаг с вытянутыми носочками. Разучивание движений современного танца «Тихий час»	3		2	Танцевальная репетиция
4.5	Генеральная репетиция танца «Тихий час.» Праздничный концерт	2		2	Танцевальная репетиция
<b>5.</b>	<b>Подготовка к Новому году. Разучивания новых движений</b>	15			
5.1	Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков. Игры с детьми.	5		5	Танцевальная репетиция
5.3	Портретная гимнастика: упр. «Топотушки», поднятие ног на 90 градусов.	2		2	Танцевальная репетиция
5.4	Упражнения: «Птичка». «Утюжок», «Флажок».	3		3	
5.5	Упражнения по постановке корпуса. Отработка осанки.	3		3	
5.6	Разминка. Движение в танце по кругу.	2		2	Танцевальная репетиция

<b>6.</b>	<b>Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Русские зимы»</b>	17			
6.1.	. Портретная гимнастика: упр. «Велосипед», «Бабочка».	2		2	Танцевальная репетиция
6.2	Разучивание движений к танцу «Русские зимы» Ходьба парами	4		4	
6.3	Подготовка к новогодним праздникам. ТБ в актовом зале при разучивании новых танцевальных движений.	2		2	Танцевальная репетиция
6.4	Разучивание движений к танцу «Русские зимы». Ходьба змейкой.	2		2	
6.5	Ритмический тренаж: ходьба звёздочкой.	2		2	
6.6	Постановка корпуса. Соединение движений к танцу « Русские зимы» воедино.	3		3	
6.7.	Генеральная репетиция танца « Русские зимы .» Выступление на новогодних мероприятиях.	2		2	Праздник
<b>7.</b>	<b>Повторение выученных танцев, разучивание новых движений современного танца.</b>	18			
7.1.	Разминка. Упражнение ; «Шаги с поднятием колена и рук».	3		3	Танцевальная репетиция
7.2	Разминка. Движение по кругу в паре.	2		2	
7.3	Разминка. Отработка синхронности движений в паре.	4		4	Танцевальная репетиция
7.4	Разминка . Танцевальные движения «Глубокие выпады»	2		2	
7.5	Танцевальные движения «Волна».	2		2	



7.6	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	5		5	Танцевальная репетиция
<b>8.</b>	<b>. Подготовка к мероприятию 8 Марта. Разучивание современного танца.</b>	<b>18</b>			
8.1.	Упражнения на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.	4		4	Танцевальная репетиция
8.2	Упражнения на растяжку мышц ног.	2		2	
8.3	Отработка синхронности движений в танце.	6		6	Танцевальная репетиция
8.4	Отработка четкости и ритмичности движений.	2		2	
8.5.	Повторение и закрепление выученных движений к современному танцу.	2		2	Танцевальная репетиция
8.6.	Генеральная репетиция современного танца. Выступление на общешкольном празднике 8 марта.	2		2	Праздник
<b>9.</b>	<b>Подготовка к мероприятию «Зажгись Звезда!».</b> Участие в праздничном мероприятии.				
9.1.	Репетиция танца «Спецназ» Разучивание движений	17			
9.2.	Разминка. Постановка рук (позиция руки на поясе, положение рук в стороны, вперед, вверх).	2		2	Танцевальная репетиция
9.3	Упражнения : «Шаги с поднятием колена и рук».	3		3	

9.4	Упражнение ; «Ходьба парами »	3		3	
9.5	Упражнения на синхронность движений в танце.	3		3	Танцевальная репетиция
9.6	Упражнения по отработке четкости и ритмичности движений.	4		4	
9.7	Генеральная репетиция Выступление на мероприятии: « Зажгись звезда !»	2		2	Праздник
10	<b>Подготовка к мероприятию , посвящённому 9 мая .Прогонная репетиция выученного танца..</b>	15			
10.1.	Репетиция танца « Синий платочек.» Разучивание новых движений	5		5	
10.2	Упражнения по отработке чёткости и ритмичности движений .				
10.3	Подготовка к концерту. Отработка синхронности движений. Отработка четкости и ритмичности движений.	5		5	Танцевальная репетиция
10.4	Упражнения на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.	2		2	
10.5	Генеральная репетиция танца Выступление на мероприятие , посвящённому 9 мая	2		2	Праздник
10.6	Обсуждение проведенного мероприятия. Прослушивание классических композиций, ТБ в актовом зале.	1		1	Беседа
	<b>Итого:</b>	132			

### **Материально- техническое обеспечение.**

- Компьютер (ноутбук)
- Фотоаппарат
- Мобильный телефон (фото, интернет)
- Костюмы

### **Список литературы.**

1. Бекина С. И. «Музыка и движение», М, «Просвещение» 1981
2. Богданов А. Г. «Урок русского народного танца», М, «Просвещение», 1995
3. Зацепина К. «Народно- сценический танец», М, «Просвещение», 1976
4. Закон РФ «Об образовании», Педагогический поиск, № 7-8
5. Климов А., Основы русского народного танца», М, «Просвещение», 1994
6. Полятков С. С. «Основы современного танца», М,«Просвещение», 2005
7. Беспятова Н. К. «Программа педагога дополнительного образования», М, «Айрисс-пресс», 2003
8. Руднева С. В. «Ритмика. Музыкальное движение», М,«Просвещение», 1972
9. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание. - М.: Просвещение, 1989.
10. Кирдяшева А.В. Использование в коррекционной педагогике танцетерапии как средства коррекции моторной функции // Aktualni pedagogika. – 2016. - № 2. – С. 37-40.