

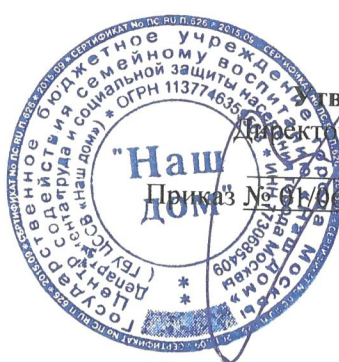


**ГБУ ЦССВ
«Наш Дом»**

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
ЦЕНТР СОДЕЙСТВИЯ СЕМЕЙНОМУ ВОСПИТАНИЮ «НАШ ДОМ»
ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

121309, Москва, ул. Новозаводская, 19А, стр. 2
Телефон +7 (499) 148-36-21, E-mail: cssv-nashdom@mos.ru

Принято
на заседании
педагогического совета
Протокол № 3 от «29» августа 2025 г.



Согласен и подтверждаю
Директор ГБУ ЦССВ «Наш дом»
Меньшов В.А.
Приказ № 01/06 от «29» августа 2025г.

**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ВОЛШЕБНЫЙ МИР ХОРЕОГРАФИИ»
(для обучающихся с ТМНР)**

Направленность: художественная
Уровень программы:
ознакомительный
Возраст обучающихся: 7-19 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель программы:
Рубцова Ирина Николаевна,
педагог дополнительного
образования

Москва, 2025г.

Содержание:

1. Пояснительная записка.....	3
2. Содержание программы.....	7
2.1. Учебно-тематический план.....	7
2.2. Содержание учебно-тематического плана	9
2.3. Календарный учебный график.....	12
3. Методическое и организационно-педагогическое обеспечение	20
4. Список литературы.....	26
5. Приложения	30

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Актуальность программы. Обеспечение реализации прав детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов, в том числе детей с ТМНР, на участие в программах дополнительного образования является одной из важнейших задач государственной образовательной политики.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волшебный мир хореографии» (далее - Программа) решает задачи реализации образовательных потребностей детей, относящихся к данной категории, защиты прав, адаптации к условиям организованной общественной поддержки их творческих способностей, развития их жизненных и социальных компетенций.

Танец – незаменимое действенное средство в решении этой задачи, важнейшее звено в создании новой эффективной образовательно-воспитательной системы.

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- способствует развитию мышечной выразительности тела; формирует фигуру и осанку; устраняет недостатки физического развития; укрепляет здоровье;
- формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпо-метро-ритм, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведений;
- пластическими средствами и мимикой выражает различную гамму чувств и настроений; дает правильное направление развитию многообразия эмоциональных проявлений, гуманистических чувств, стремление к сотрудничеству и положительному самоутверждению;
- обладает важной компенсаторной арт-терапевтической функцией, способствует воспитанию гармонических качеств и коррекции эмоционально-психических расстройств, нарушений общения и межличностных отношений;
- формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, трудолюбие, волю, ловкость, упорство и целеустремленность;
- развивает творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей действительности;
- воспитывает коммуникативные способности детей, развивает чувство «локтя партнера», группового, коллективного «ансамблевого» действия;
- пробуждает интерес к изучению родной национальной хореографической культуры и воспитывает толерантность к национальным культурам других народов.

С давних пор музыка используется как лечебный фактор. Восприятие специально подобранной музыки не требует предварительной подготовки и доступно всем детям.

Таким образом, именно эти функциональные особенности хореографии определяют востребованность данного вида искусства в системе дополнительного образования детей.

Программа направлена на формирование художественно-эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к танцам.

Так же, Программа решает задачи реабилитации и абилитации воспитанников - процессов, направленных на обеспечение того, чтобы ребенок с определенными нарушениями мог достигнуть и поддерживать оптимальный уровень физического, сенсорного, интеллектуального, психологического и социального функционирования.

Педагогическая целесообразность подчёркивает прагматическую важность взаимосвязи выстроенной системы процессов обучения, развития, воспитания и их обеспечения.

Предлагаемая концепция программы базируется на важнейших дидактических принципах: систематичность, доступность, последовательность (от простого к сложному, поэтапность) учет психофизиологических и возрастных особенностей обучающихся; индивидуализация, наглядность, научность, сознательность, активность, связь теории с практикой, межпредметность (интегративность связей), актуальность, результативность с опорой на новейшие современные зарубежные педагогические идеи «фьюжена» (сплава нескольких видов пластических направлений), «тьюторства» (практического «сотворчества» педагога и учеников – «нога в ногу», «рука в руку», не «над учениками, вместе - рядом с ними»).

Новизна данной программы заключается в том, что в процессе обучения включены:

- особая содержательная трактовка и построение авторской ритмики как «входа» в народную хореографию;
- доминантная основа народного танца в комплексном подходе к обучению;
- наряду с общеизвестными методами использование методов-приемов собственной разработки;
- постановка и решение инновационных задач на каждом занятии (новые движения-связки, движения-переходы, вариации – упражнения).

Отличительные особенности данной программы от других программ является то, что она даёт возможность каждому обучающемуся на основе синтеза ведущих методик и собственно разработанной системы хореографической работы

для детей ТМНР, учитывая индивидуальные особенности, попробовать свои силы в разных видах танца.

Направленность программы – художественная.

Программа направлена на формирование художественно-эстетического вкуса, творческих способностей и склонностей к танцам.

Цель программы – коррекция и развитие психомоторной, двигательной, эмоционально-познавательной сфер обучающихся с ТМНР с учётом особенностей их психофизического развития посредством хореографической деятельности.

Задачи программы:

Образовательные:

- учить освоению основ хореографии с целью приобретения навыков базовых знаний, качеств с учетом индивидуальных и возрастных особенностей;
- учить овладевать воспитанников свободной пластикой в игровой и эмоциональной формах;
- расширять общий кругозор.

Коррекционно-развивающие:

- Формировать интерес воспитанников к народному хореографическому искусству, а также художественно-творческих способностей средствами хореографии с учетом их индивидуальных способностей;
- формировать правильную осанку;
- корригировать опорно-двигательный аппарат воспитанника;
- развивать основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, координации хореографических движений и исполнительских умений и навыков;
- развивать элементарные пространственные представления.

Воспитательные:

- формировать и совершенствовать коммуникативное межличностное общение («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник-ансамбль/коллектив»).

Планируемые результаты реализации программы.

Результаты обучения:

По окончании освоения программы воспитанники:

- освоят азы ритмики и хореографии.
- освоят основные корригирующие упражнения на полу (партер)
- познакомятся объемом движений народно-сценического танца.
- овладеют элементами свободной пластики.

Результаты воспитательной деятельности:

По окончании освоения программы воспитанники:

- овладеют навыками совместной деятельности в танце,

- смогут работать совместно в ансамбле при помощи межличностного взаимодействия (в том числе на основе альтернативной коммуникации).
- будут демонстрировать определенные навыки общей культуры.

Результаты коррекционно-развивающей деятельности.

По окончании освоения программы воспитанники:

- смогут определять характер музыки, менять характер движения в соответствии со сменой музыкальных частей.
- смогут использовать сюжетные и драматургические элементы в инсценировках песен (совместно с педагогом);
- освоят пространство репетиционного и сценического зала.
- научатся соотносить темп движений с темпом музыки.

Краткая характеристика целевой группы воспитанников.

Все воспитанники, занимающиеся по данной программе, имеют тяжелые множественные нарушения развития (ТМНР). Внимание детей этой группы крайне неустойчивое, отличается низким уровнем продуктивности, они быстро устают, отвлекаются. У них слабая активность внимания, что усложняет формирование устойчивых навыков и умений в исполнении движений. Нарушение координации, точности, темпа движений осложняет формирование двигательных навыков: бег, прыжки и т.д.

Сроки реализации программы. Программа рассчитана на 1 год обучения общим объемом 108 часов.

Форма обучения: очная.

Режим занятий и особенности организации учебного процесса. Занятия проводятся 3 раза в неделю. Продолжительность занятия – до 40 минут.

Формы организации занятий - групповая, в мини-группах.

Формы проведения занятий – теоретические, практические занятия, концерт, конкурс.

Состав групп – разновозрастные группы воспитанников с ТМНР от 7 до 19 лет.

Формы подведения итогов реализации программы.

1. Участие обучающихся в мероприятиях (концертах, спектаклях, творческих конкурсах).
2. Контрольные задания, тесты, контрольное занятие, концерт.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Название разделов (модулей), тем занятий	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
РАЗДЕЛ 1. Ознакомительный 39 час.					
1.1	Вводное занятие. Техника безопасности в занимательной форме. Диагностика.	5	1	4	Тест, практические задания, контрольные задания
1.2.	«Радостные поклоны» Знакомство со схемой зала.	1		1	Контрольные задания.
1.3	Прослушивание музыкальных произведений. Ритмическая мозаика известных образцов народной музыки	6	1	5	Контрольные задания, упражнения.
1.4.	Партерная гимнастика с усложненными формами координации движений.	13		13	Контрольные задания, упражнения
1.5.	Показ и рассказ методики исполнения классического танца. Знакомство с элементами классического танца, освоение простых хореографических рисунков-фигур, постановки корпуса.	7	1	6	Контрольные задания, упражнения
1.6.	Основы освоения национальной хореографии, характерные особенности мужских и женских движений сольно и в паре.	7		7	Контрольные задания, упражнения
РАЗДЕЛ 2. Создание музыкально-танцевального образа 79 час.					
2.1.	Новые методики для разминок	12		12	Контрольные задания, хореографические упражнения. Показ выступления на концерте.

2.2.	Просмотр танцев известных хореографических ансамблей. Освоение танцевального репертуара. Постановка народных танцев и этюдов на основе выученных движений.	11	1	10	Контрольные задания, упражнения
2.3.	Освоение элементов эстрадного танца, разминки для координации движений.	7	1	6	Контрольные задания, упражнения
2.4	Игры на формирование элементов воображения	5		5	Контрольные задания, упражнения
2.5.	Музыкально-танцевальные игры	12	1	11	Контрольные задания. Открытое занятие.
2.6.	Знакомство с репертуаром известных танцевальных коллективов. Просмотр видео известных хореографических ансамблей. Музыка и танец.	10	2	8	Контрольные задания, упражнения
2.7.	Закрепление и повторение пройденного материала.	12		12	Тест, контрольные задания. Участие в конкурсах и фестивалях.
ИТОГО:		108	8	100	
Итоговый контроль		Показ на концерте нового номера			

2.2 Содержание учебного плана

РАЗДЕЛ 1. Ознакомительный. (39 час.).

ТЕМА 1.1. Вводное занятие. Техника безопасности в занимательной форме. Диагностика (5 ч).

Теория (1 ч). Инструктаж по технике безопасности - «Техника безопасности в занимательной форме».

Практика (4 ч). Обследование детей с помощью игр и упражнений, направленных на выявление музыкального и психомоторного развития с использованием адаптированных тестов. Перестроения под музыку. Повторение и закрепление пройденного материала.

ТЕМА 1.2. «Радостные поклоны» Знакомство со схемой зала. (1ч).

Теория (1ч). «Радостные поклоны». Вариации национальных поклонов: педагогу, партнеру, танец-поклон «Улыбка» (муз. В. Шаинского). Изучение точек зала, понятий, направлений движения.

ТЕМА 1.3. Прослушивание музыкальных произведений. Ритмическая мозаика известных образцов народной музыки (6 ч).

Теория (1 ч). Прослушивание музыки разного характера.

Практика (5 ч). Игра, образ, предлагаемые обстоятельства – ключ к пластическому решению задач. Ритмоформула музыки в образно-танцевальных движениях. Ритмические прохлопывания и притопы в определенном ритмическом рисунке. Игры, направленные на закрепление понятий в право-лево, вперед-назад. Игры, на развитие координации. Игры с воображаемыми предметами. Этюды на свободной пластике под музыку. Повторение и закрепление пройденного материала. Выполнение игр и этюдов самостоятельно.

ТЕМА 1.4. Партерная гимнастика с усложненными формами координации движений (13ч).

Практика (13 ч). Партерная гимнастика. Движения на осознание частей своего тела. Движения на напряжение и расслабление стопы, движения от колена, всей ноги. Растяжка. Сидя в «лягушке», лежа на животе дера ноги в положении «лягушки. Упражнение «коробочка», «лодочка». Упражнения для пресса лежа на животе. Выполнение пройденных упражнений самостоятельно. Упражнение на гибкость спины «киска». Упражнение на координацию. Стоя на коленях чередуя отрывание от пола одновременно правой руки и левой ноги, затем левой руки и правой ноги. Упражнение «планка» и «уголок», наклоны назад, стоя на коленях без работы рук и с работой рук. Шпагат сидя с работой стоп и кистей. Наклоны вперед и в стороны сидя в шпагате. Повторение форм партерной гимнастики. Растяжки, наклоны и другие слитные гимнастические упражнения. Образные названия – эмоциональное исполнение. Выполнение пройденных упражнений самостоятельно.

ТЕМА 1.5. Показ и рассказ методики исполнения классического танца. Знакомство с элементами классического танца, освоение простых хореографических рисунков-фигур, постановки корпуса. (7 ч).

Теория (1 ч). Показ позиций рук, ног, элементарных движений на середине зала. Просмотр танцев известных коллективов

Практика (6 ч). Постановка корпуса (апломб). Разучивание позиций ног и рук с выполнением простейших комбинаций. Разучивание движений классического экзерсиса: Demi plie, battements tendus на середине зала. Разучивание простейших комбинаций на выученные движения с работой рук. Разучивание этюда используя элементы классического танца. Повторение и закрепление пройденного материала. Выполнение изученного материала самостоятельно.

ТЕМА 1.6. Основы освоения национальной хореографии, характерные особенности мужских и женских движений сольно и в паре. (7ч).

Практика (7ч).

Разучивание позиций рук в русском народном танце, основных ходов и переходов. Разучивание дробей: простые притопы, дробные переступания двойная дробь, ключ, «ковырялочка», «присядки», «хлопушки» и т.д. Разучивание этюдов на основе выученных движений. Повторение и закрепление пройденного материала. Выполнение изученного материала самостоятельно.

РАЗДЕЛ 2. Создание музыкально-танцевального образа. (69 час).

ТЕМА 2.1. Новые методики для разминок (12 ч).

Практика (12ч). Этюд на заданную эмоцию. Разучивание игровых этюдов Разучивание танцевальных этюдов. Знакомые разминки для рук с произношением звуков, упражнение «Змейка» для ориентации в пространстве зала с выполнением движения (подскок, галоп, бег и самостоятельно выбранные движения). Разучивание игровых этюдов. Повторение и закрепление пройденного материала.

Подготовка танцев для Новогоднего праздника.

Разучивание народного танца. Отработка танцев. Выполнение концертного материала самостоятельно. Выполнение контрольных заданий, упражнений. Выступление на Новогоднем празднике.

ТЕМА 2.2. Просмотр танцев известных хореографических ансамблей. Освоение танцевального репертуара. Постановка народных танцев и этюдов на основе выученных движений. (11 ч).

Теория (1 ч). Просмотр танцев известных хореографических ансамблей.

Практика (10 ч). Разучивание комбинации для танца «Кадриль». Отработка комбинаций для танца. Повторение и закрепление выученных комбинаций. Отработка народного танца. Выполнение танца самостоятельно.

ТЕМА 2.3. Освоение элементов эстрадного танца, разминки для координации движений. (7 ч).

Теория (1 ч). Прослушивание популярной музыки разного характера. Выбор музыки для танца.

Практика (6 ч). Освоение элементарных движений эстрадной разминки. Отработка движений. Разучивание, повторение и отработка флэша

моба. Выполнение изученного материала самостоятельно.

ТЕМА 2.4. Игры на формирование элементов воображения (5 ч).

Практика (5 ч). Изучение элементарных форм танцевальной импровизации. по заданной теме. «Вышибалы», «Футбол», «Домашние животные», «Прогулка по лесу», «Придумай сам». Самостоятельное исполнение хореографического фрагмента на предлагаемую педагогом тему под музыку («Вышибалы», «Футбол», «Домашние животные», «Прогулка по лесу», «Придумай сам» и т.д.)

ТЕМА 2.5. Музыкально-танцевальные игры (12ч).

Теория (1ч). Музыкально-танцевальные игры, направленные на ориентацию в пространстве зала. «Муха» «Плетень», «Мы пойдем на лево», «Плетень», «Соку- соку», «Танец шляпы», «Поймай ритм».

Практика (11ч). Игра «Муха». Повторение и закрепление игры «Муха». Игра «Мы пойдем на лево». Повторение и закрепление игры «Мы пойдем на лево». Игра «Плетень». Повторение и закрепление игры «Плетень». Игра «Плетень». Повторение и закрепление игры «Плетень». Игра «Соку соку». Повторение и закрепление игры «Соку соку». Игра «Танец шляпы». Повторение и закрепление игры «Танец шляпы». Игра «Поймай ритм». Повторение и закрепление игры «Поймай ритм». Повторение и закрепление изученных игр. Выполнение изученного материала самостоятельно.

ТЕМА 2.6. Знакомство с репертуаром известных танцевальных коллективов. Просмотр видео известных хореографических ансамблей. Музыка и танец. (10 ч).

Теория (2ч). Знакомство с репертуаром известных танцевальных коллективов, Просмотр репертуара Народного детского хореографического ансамбля «Калинка» и репертуара Государственного академического ансамбль народного танца имени Игоря просмотр фильмов.

Практика (8 ч). Повторение пройденного танцевального материала.

Использование выученных движений самостоятельно применять под музыку разного характера (народную, классическую, эстрадную)

ТЕМА 2.7. Закрепление и повторение пройденного материала (12ч).

Практика (12ч). Самостоятельное выполнение разминки для рук, игр на развитие воображение, музыкально-танцевальных игр, комбинаций, этюдов на основе классического танца, на основе народного танца, на основе эстрадного танца. Самостоятельное выполнение комбинаций партерной гимнастики, флэш моба, народных танцев.

Итоговые показы (концерты, участие в конкурсах и фестивалях), Подведение итогов. Оценка результатов.

Итоговый контроль. Показ на концерте новые номера.

2.3 Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число(-а)	Форма занятия	Кол-во часов	Тема раздела/занятия		Форма контроля
1.1	Сентябрь (12час)	03.09.2025г.	Теория	1	Вводное занятие. Техника безопасности в занимательной форме. Диагностика	Беседа о правилах поведения, по технике безопасности при выполнении определенных движений.	Тест, практические задания
		05.09.2025г.	Практика	1		Обследование с помощью игр и упражнений, направленных на выявление музыкального и психомоторного развития.	Тест, практические задания
		06.09.2025г.	Практика	1		Перестроения под музыку в колонне друг за другом, в парах, в четверках.	Тест, практические задания
		09.09.2025г.	Практика	1		Повторение пройденного материала	Практические задания
		12.09.2025г.	Практика	1		Закрепление пройденного материала	Контрольные задания
1.2		13.09.2025г.	Практика	1	«Радостные поклоны» Знакомство со схемой зала.	Вариации национальных поклонов: педагогу, партнеру, танец-поклон «Улыбка» (муз. В. Шаинского). Изучение точек зала, понятий, направлений движения.	Контрольные задания
1.3.		16.09.2025г.	Теория	1	Прослушивание музыкальных произведений. Ритмическая мозаика известных образцов народной музыки	Игры с воображаемыми предметами.	Контрольные задания
		19.09.2025г.	Практика	1		Ритмические прохлопывания и притопы в определенном ритмическом рисунке.	Контрольные задания
		20.09.2025г.	Практика	1		Игры, направленные на закрепление понятий в право-лево, вперед-назад.	Контрольные задания
		23.09.2025г.	Практика	1		Игры, на развитие координации.	Контрольные задания
		26.09.2025г.	Практика	1		Этюды на свободной пластике под музыку.	Контрольные задания

		27.09.2025г	Практика	1		Выполнение игр и этюдов самостоятельно.	Контрольные задания
1.4	Октябрь (13час)	01.10.2025г.	Практика	1	Партерная гимнастика с усложненными формами координации движений	Партерная гимнастика. Движения на осознание частей своего тела.	Контрольные задания, упражнения.
		03.10.2025г.	Практика	1		Движения на напряжение и расслабление стопы, движения от колена, всей ноги.	Контрольные задания, упражнения.
		04.10.2025г.	Практика	1		Растяжка. Сидя в «лягушке», лежа на животе держа ноги в положении «лягушки.	Контрольные задания, упражнения.
		08.10.2025г	Практика	1		Упражнение «коробочка», «лодочка».	Контрольные задания, упражнения.
		10.10.2025г	Практика	1		Упражнения для пресса лежа на животе.	Контрольные задания, упражнения.
		11.10.2025г.	Практика	1	Партерная гимнастика с усложненными формами координации движений	Выполнение пройденных упражнений самостоятельно.	Контрольные задания, упражнения.
		15.10.2025г	Практика	1		Упражнение на гибкость спины «киска»	Контрольные задания, упражнения.
		17.10.2025г.	Практика	1		Упражнение на координацию. Стоя на коленях чередуя отрывание от пола одновременно правой руки и левой ноги, затем левой руки и правой ноги.	Контрольные задания, упражнения.
		18.10.2025г.	Практика	1		Упражнение «планка» наклоны назад стоя на коленях без работы рук и с работой рук.	Контрольные задания, упражнения.
		22.10.2025г.	Практика	1		Шпагат сидя с работой стоп и кистей рук.	Контрольные задания, упражнения.
		24.10.2025г.	Практика	1		Наклоны корпуса вперед и в стороны сидя в шпагате.	Контрольные задания, упражнения.
		25.10.2025г.	Практика	1		Упражнение «уголок»	Контрольные задания, упражнения.
		29.10.2025г.	Практика	1		Выполнение пройденных упражнений самостоятельно.	Контрольные задания.

1.5.	Ноябрь (14час)	31.10.2025г	Теория	1	Показ и рассказ методики исполнения классического танца. Знакомство элементами классического танца, освоение простых хореографических рисунков –фигур, постановке корпуса.	Показ позиций рук, ног, элементарных движений на середине зала. Просмотр танцев известных коллективов	Контрольные задания
		01.11.2025г	Практика	1		Постановка корпуса (апломб). Разучивание позиций ног и рук с выполнением простейших комбинаций.	Контрольные задания, упражнения
		05.11.2025г.	Практика	1		Разучивание движений классического экзерсиса: Demi plie, battements tendus на середине зала.	Контрольные задания, упражнения
		07.11.2025г.	Практика	1		Разучивание простейших комбинаций на выученные движения с работой рук	Контрольные задания, упражнения
		08.11.2025г.	Практика	1		Разучивание этюда используя элементы классического танца	Контрольные задания, упражнения
		12.11.2025г.	Практика	1		Повторение и закрепление пройденного материала	Контрольные задания, упражнения
		14.11.2025г.	Практика	1		Выполнение изученного материала. самостоятельно	Контрольные задания
		15.11.2025г	Практика	1	Основы освоения национальной хореографии, характерные особенности мужских и женских движений сольно и в паре.	Разучивание позиций рук в русском народном танце, основных ходов и переходов.	Контрольные задания, упражнения
1.6.		19.11.2025г. 21.11.2025г.	Практика	2		Разучивание дробей: простые притопы, дробные переступания двойная дробь, ключ, «ковырялочка», «присядки», «хлопушки» и т.д.	Контрольные задания, упражнения
		22.11.2025г. 26.11.2025г.	Практика	2		Разучивание этюдов на основе выученных движений.	Контрольные задания, упражнения

		28.11.2025г. 29.11.2025г.	Практика	2		Выполнение изученного материала самостоятельно	Контрольные задания
2.1. .	Декабрь (12 час)	03.12.2025г.	Практика	1	Новые методики для разминок	Этюды на развитие эмоций (злость, радость, удивление, грусть т.д.)	Контрольные задания, упражнения
		05.12.2025г.	Практика	1		Разминка для рук с произношение звуков.	Контрольные задания, упражнения
		06.12.2025г.	Практика	1		Упражнение «Змейка» для закрепления ориентации в пространстве зала и выполнением движения (подскок, бег, галоп и т.д.)	Контрольные задания, упражнения
		10.12.2025г.	Практика	1		Повторение и закрепление пройденного материала.	Контрольные задания
		12.12.2025г.	Практика	1		Разучивание игровых этюдов	Контрольные задания, упражнения
		13.12.2025г.	Практика	1		Разучивание танцевальных этюдов.	Контрольные задания, упражнения
		17.12.2025г.	Практика	1		Повторение и закрепление пройденного материала.	Контрольные задания
		19.12.2025г.	Практика	1		Подготовка танцев для Новогоднего праздника.	Контрольные задания, упражнения
		20.12.2025г.	Практика	1		Отработка танца для Новогоднего праздника.	Контрольные задания, упражнения
		24.12.2025г.	Практика	1		Разучивание танца Народного танца	Контрольные задания, упражнения
		26.12.2025г.	Практика	1		Подготовка к Новогоднему празднику.	Контрольные задания, хореографические упражнения
		27.12.2025г.	Практика	1		Выполнение концертного материала самостоятельно	Контрольные задания, хореографические упражнения

2.2.	Январь (11час)	14.01.2026г	Теория	1	Просмотр танцев известных хореографических ансамблей. Освоение танцевального репертуара. Постановка народных танцев и этюдов на основе выученных движений	Просмотр танцев известных хореографических ансамблей.	Контрольные задания		
		16.01.2026г.	Практика	1		Разучивание комбинаций для народного танца	Контрольные задания, упражнения		
		17.01.2026г.	Практика	5		Отработка комбинаций для танца	Контрольные задания, упражнения		
		21.01.2026г.	Практика						
		23.01.2026г.	Практика						
		24.01.2026г.	Практика						
		28.01.2026г.	Практика						
		30.01.2026г.	Практика	1		Повторение и закрепление выученных комбинаций	Контрольные задания, упражнения		
		31.01.2026г. 03.02.2026г.	Практика	2		Отработка народного танца	Контрольные задания		
		07.02.2026г.	Практика	1		Выполнение танца самостоятельно	Контрольные задания		
2.3	Февраль (12ч.)	11.02.2026г	Теория	1	Освоение элементов эстрадного танца, разминки для координации движений.	Прослушивание популярной эстрадной музыки, выбор музыки для танца	Контрольные задания		
		13.02.2026г.	Практика	1		Освоение элементарных движений эстрадной разминки	Контрольные задания, упражнения		
		14.02.2026г	Практика	1		Отработка движений	Контрольные задания, упражнения		
		18.02.2026г.	Практика	1		Разучивание комбинаций для флэша моба	Контрольные задания, упражнения		
		20.02.2026г.	Практика	1		Отработка комбинаций для флэша моба	Контрольные задания, упражнения		
		21.02.2026г.	Практика	1		Отработка и закрепление комбинаций для флэша моба	Контрольные задания, упражнения		
		25.02.2026г.	Практика	1		Выполнение изученного материала самостоятельно.	Контрольные задания		
		2.4	27.02.2026г	Практика		1	Игры на формирование элементов воображения	Изучение элементарных форм танцевальной импровизации по заданной теме. «Вышибалы».	Контрольные задания, упражнения
			28.02.2026г	Практика		1		«Футбол», «Домашние животные»	Контрольные задания, упражнения

		04.03.2026г. 06.03.2026г.	Практика	2		«Прогулка по лесу», «Придумай сам».	Контрольные задания, упражнения
		07.03.2026г.	Практика	1		Выполнение изученного материала самостоятельно.	Контрольные задания
2.5	Март (12 час)	11.03.2026г.	Теория	1	Музыкально – танцевальные игры	Музыкально-танцевальные игры: «Муха», «Мы пойдем на лево», «Плетень», «Соку соку», «Танец-шляпы», «Поймай ритм»,	Контрольные задания
		13.03.2026г.	Практика	1		Разучивание и закрепление игры «Муха»	Контрольные задания, упражнения
		14.03.2026г.	Практика	1		Разучивание и закрепление игры «Мы пойдем на лево»	Контрольные задания, упражнения. Открытое занятие
		18.03.2026г.	Практика	1		Разучивание и закрепление игры «Плетень»	Контрольные задания, упражнения
		20.03.2026г.	Практика	1		Разучивание и закрепление игры «Соку соку»	Контрольные задания, упражнения
		21.03.2026г.	Практика	1		Повторение и закрепление пройденных игр	Контрольные задания, упражнения.
		25.03.2026г.	Практика	1		Разучивание и закрепление игры «Танец шляпы»	Контрольные задания, упражнения
		27.03.2026г.	Практика	1		Разучивание и закрепление игры «Поймай ритм»	Контрольные задания, упражнения
		28.03.2026г.	Практика	1		Повторение и закрепление пройденных игр	Контрольные задания, упражнения
		01.04.2026г.	Практика	1		Повторение и закрепление пройденных игр	Контрольные задания, упражнения
		03.04.2026г.	Практика	1		Выполнение изученного материала самостоятельно.	Контрольные задания, упражнения
		04.04.2026г.	Практика	1		Выполнение изученного материала самостоятельно.	Контрольные задания, упражнения
2.6.	Апрель (13 час)	08.04.2026г.	Теория	1		Просмотр репертуара Народного детского хореографического ансамбля «Калинка»	Контрольные задания

		10.04.2026г.	Теория	1	Просмотр видео известных хореографических ансамблей. Музыка и танец.	Просмотр репертуара Государственного академического ансамбль народного танца имени Игоря Моисеева	Контрольные задания
		11.04.2026г.	Практика	1		Разучивание комбинаций для танца народного танца.	Контрольные задания, упражнения
		15.04.2026г.	Практика	4		Отработка комбинаций для танца	Контрольные задания, упражнения
		17.04.2026г.	Практика				
		18.04.2026г.	Практика				
		22.04.2026г.	Практика				
		24.04.2026.	Практика	1		Повторение и закрепление выученных комбинаций	Контрольные задания
		25.04.2026г.	Практика	1		Отработка народного танца	Контрольные задания
		29.04.2026г.	Практика	1		Выполнение танца самостоятельно	Контрольные задания
	2.7.		02.05.2026г.	Практика		1	Закрепление и повторение пройденного материала.
		06.05.2026г	Практика	1	Самостоятельное выполнение игр на развитие воображение	Тест, контрольные задания.	
		08.05.2026г.	Практика	1	Самостоятельное выполнение музыкально-танцевальных игр	Тест, контрольные задания.	
Май (9час)		13.05.2026г	Практика	1	Самостоятельное выполнение комбинаций, этюдов на основе классического танца	Тест, контрольные задания.	
		15.05.2026г	Практика	1	Самостоятельное выполнение комбинаций, этюдов на основе народного танца	Тест, контрольные задания.	
		16.05.2026г.	Практика	1	Самостоятельное выполнение комбинаций, этюдов на основе эстрадного танца	Тест, контрольные задания.	
		20.05.2026г.	Практика	1	Самостоятельное выполнение комбинаций партерной гимнастики.	Тест, контрольные задания.	

		22.05.2026г.	Практика	1		Самостоятельное выполнение флэш моба	Тест, контрольные задания.
		23.05.2026г.	Практика	1		Самостоятельное выполнение народного танца	Контрольные задания
		27.05.2026г.	Практика	1		Самостоятельное выполнение народного танца	Контрольные задания
		29.05.2026г.	Практика	1		Показ выученных танцев, флэш моба.	Концерт
		30.05.2026г.	Практика	1		Показ выученных танцев, флэш моба.	Концерт
ИТОГО:			108 часов				
Итоговый контроль			Показ новых номеров на концерте				

3. МЕТОДИЧЕСКОЕ И ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Формы, методы и технологии

Форма обучения – очная.

Формы организации занятий - групповая, в мини -группах.

Формы проведения занятий – теоретические, практические занятия, концерт, конкурс.

Методы обучения, используемые в хореографической работе, можно условно разделить на: **наглядные, словесные и практические.**

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- прием тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой прием;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приемов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- беседа;
- словесный комментарий педагога по ходу танца;
- прием закрепления целостного танцевального движения-комбинации;

Практический метод обогащен комплексом различных *технологий, подходов и приемов*, взаимосвязанных между собой наглядностью и словом:

- игровые технологии;
- технологии релаксации (контрастное чередование психофизических нагрузок и восстановительного отдыха);
- детское «сотворчество»;
- соревновательность и «переплясность»;
- комплексный подход в обучении;
- дифференцированный и индивидуально-личностный подход к каждому обучающемуся;
- выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений);
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- прием пространственной ориентации;
- прием художественного перевоплощения.

Методы отслеживания результативности обучения, используемые педагогом в процессе определения уровня освоения программы обучающимися:

педагогическое наблюдение, обследование, анализ, мониторинг, диагностика, пр.

С точки зрения возрастных психофизиологических особенностей детей, типологических особенностей каждого воспитанника, обучение носит наглядно-действенный характер с преобладанием наглядных и практических методов (показ; повторность движений; игровой; релаксации).

Виды и формы контроля

1. Входной контроль проводится в начале года для определения стартового уровня ребенка - выявление начальных знаний, умений и навыков.

Формы: тест, практические задания, контрольные задания

2. Текущий контроль: проводится систематически в течение всего учебного года для определения качества усвоения материала.

Формы: контрольные задания, упражнения

3. Промежуточный контроль: проводится раз в полугодие. В процессе педагогического наблюдения отслеживается степень усвоения знаний, практических умений и навыков, соответствующих программным требованиям, а так же динамика личного роста воспитанников.

Формы: контрольные задания и хореографические упражнения, открытый урок, концерт.

4. Итоговый контроль – проводится по окончании учебного года по итогам реализации всей программы в целях оценки уровня её освоения воспитанником и динамики его развития сравнительно с результатами входного контроля, а также оценки уровня достижения воспитанником планируемых результатов программы.

Формы: тест, контрольные задания, участие в конкурсах, творческих фестивалях разного уровня, открытое зачетное занятие, концерт.

Примерный перечень заданий и упражнений представлен в Программе в виде **Приложения 2.**

Критерии и показатели оценки.

В методическое обеспечение входит система оценки образовательной деятельности на основе критериев и показателей оценки освоения воспитанниками Адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волшебный мир хореографии».

Это показатели освоения воспитанниками содержания дополнительной образовательной программы и их личностного роста, выраженного с помощью балльной оценки достижений:

Критериями и показателями оценки освоения воспитанниками содержания дополнительной образовательной программы являются:

- умения и навыки, предусмотренные программой.

Критериями и показателями оценки динамики личностного роста

ВОСПИТАННИКОВ ЯВЛЯЮТСЯ:

- мотивация и активность;
- трудолюбие и трудоспособность;
- самостоятельность и дисциплинированность

Критерии и показатели освоения воспитанниками с ТМНР содержания Программы

КРИТЕРИИ	ПОКАЗАТЕЛИ	СИСТЕМА ОЦЕНКИ (баллы)
Практическая подготовка		
Соответствие уровня практических умений и навыков программным требованиям (по разделам учебно-тематического плана)	• не овладел умениями и навыками	0
	• овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков	1
	• объем усвоенных умений и навыков составляет более ½;	2

Критерии и показатели оценки динамики личностного роста воспитанников с ТМНР (высокий и средний уровень)

КРИТЕРИИ (качества личности)	СИСТЕМА ОЦЕНКИ			
	ярко проявляются 3 балла	проявляются 2 балла	слабо проявляются 1 балл	не проявляются 0 баллов
1.Мотивация и активность	Мотивирован на работу, активен, проявляет устойчивый интерес к деятельности. Понимает и выполняет инструкцию педагога, использует способы альтернативной коммуникации	Достаточно активен, проявляет интерес к деятельности, мотивация социально ориентированная. Понимание инструкции, выполнение заданий, потребность и способность к коммуникации носят ситуативный характер	Малоактивен, наблюдает за деятельностью других, мотивация ситуативная, зависит от настроения и определяется физиологическим состоянием Понимание инструкции педагога доступно частично	Мотивация ситуативная, отсутствует активность, необходима стимуляция взрослого, мешает другим воспитанникам. Понимание инструкции не доступно
2.Трудолюбие и трудоспособность	Трудолюбив, усидчив, работоспособен. Может выполнить работу до конца	Трудолюбив, работоспособен, систематически добивается результатов. Продуктивность деятельности и работоспособность зависит от настроения	Деятельность носит не целенаправленный (хаотичный) характер, темп деятельности неравномерный, быстро истощаем, результативность низкая	Не способен к целенаправленной деятельности в рамках занятия без помощи педагога

3.Самостоятельность и дисциплинированность	Выполняет поручения охотно, ответственно, часто по собственному желанию, может привлечь других. Всегда дисциплинирован, соблюдает правила поведения	Выполняет поручения охотно, ответственно. Соблюдает правила поведения независимо от наличия или отсутствия контроля, но не требует этого от других	Неохотно выполняет поручения. Начинает работу, но часто не доводит ее до конца. Справляется с поручениями и соблюдает правила поведения только при наличии контроля	Уклоняется от поручений. Часто не дисциплинирован, нарушает правила поведения, независимо от наличия или отсутствия контроля
---	---	--	---	--

Оценочные материалы

Оценочные материалы - диагностические материалы, контрольные и практические задания представлены в Программе в виде **Приложения 1**.

Материально-техническое обеспечение программы

1. Репетиционный зал с зеркалами
2. Музыкальный инструмент (фортепиано)
3. Видео- и аудиоаппаратура
4. Помещение для хранения сценических костюмов и аксессуаров

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Цифровые образовательные ресурсы:

<http://festival.1september.ru/articles/604146/>

<http://malutka63.ru/games/10>

<http://welovedance.ru/posts/view/podborka-tantsevalnykh-igr-dlya-detey-i-ne-tolko>

<http://secret-terpsihor.com.ua/>

<http://www.mir>

4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Нормативно-правовые документы:

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. и план мероприятий по её реализации» (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (с последующими изменениями)»;
- Закон города Москвы от 28 апреля 2010 г. № 16 «Об образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья в городе Москве»;
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Главного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. №2);
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минобрнауки России от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения учреждениями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 11 мая 2016 г. № 536 «Об утверждении Особенности режима рабочего времени и времени отдыха педагогических и других работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.12.2014 г. N 1601 г. «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре»;
- Приказ Департамента образования города Москвы «О внесении изменений в приказ Департамента образования города Москвы от 31 января 2017г. № 30;
- Приказ ДОГМ от 17 декабря 2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей» (ред. от 24.10. 2022 г.);

- Письмо Минобрнауки России от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки России от 29 марта 2016 года №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их образовательных потребностей»);

- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

- Устав ГБУ ЦССВ «Наш дом».

Основной список литературы:

- Бондаренко Л. Ритмика и танец. - Киев, 1972.
- Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребёнка. - М., 1968.
- Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду. - М.: Просвещение, 1981.
- Вопросы теории эстетического воспитания / Под ред. Г.З. Апресяна. - М., 1970.
- Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - М.-Л., 1930.
- Выготский Л.С. Педагогическая психология. - М., 1991.
- Давыдов В.В. Генезис и развитие личности в детском возрасте //Вопросы психологии. 1992. - № 1-2.
- Ермолаева-Томина Л.Б. Психология художественного творчества. - М., 2005.
- Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М., 1998.
- Конорова Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. - М., 1963.
- Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - М., 1972. Вып. 1; М., 1973. Вып. 2.
- Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М., 1988.
- Буренина, А. И. Коммуникативные танцы — игры для детей. — СПб. : Музыкальная палитра, 2004. — 36 с.
- Буренина, А. И. Ритмическая мозаика : программа по ритм. пластике для детей дошкол. и мл. шк. возраста. — СПб., 2001. — 220 с.
- Боровик, Т. А. Речевые игры на музыкальном занятии (в дошкольном учреждении) // Дошк. воспитание. — 1998. — № 5. — С. 147—151.
- Боромыкова, О. С. Коррекция речи и движения с музыкальным сопровождением. — СПб. : Гном-Пресс, 1999. — 56 с.
- Ветлугина, Н. А. Развитие музыкальных способностей дошкольников в процессе музыкальных игр. — М.: Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1958. — 248 с.
- Волкова, Г. А. Логопедическая ритмика : учеб. пособие для пед. ин-тов по спец. № 2111 «Дефектология». — М.: Просвещение, 1985. — 191 с.

- Дзержинская, И. Л. Музыкальное воспитание младших дошкольников : пособие для воспитателя и муз. руководителя дет. сада : из опыта работы. — М. : Просвещение, 1985. — 160 с.
 - Жак-Далькроз, Э. Ритм. — М.: Классика-XXI, 2002. — 244 с.
 - Жигун, О. «Schulwerk» — музыка для детей : метроритмическое воспитание в дет. саду по системе Карла Орфа // Пралеска. — 1997. — № 10. — С. 33—38.
 - Макшанцева, Е. Д. Детские забавы : кн. для воспитателя и муз. руководителя дет. сада. — М.: Просвещение, 1991. — 61 с.
 - Макшанцева, Е. Д. Скворушка : сб. муз.- речевых игр для дошк. возраста / М-во общ. и проф. образования РФ. — М.: Аркти - илекса, 1998. — 103 с.
 - Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 3—4 лет / авт.-сост. С. И. Пекина, Т. И. Ломова, Е. Н. Соковни - на. — М.: Просвещение, 1981. — 158 с.
 - Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 5—6 лет / авт.-сост. С. И. Бекина, Т. И. Ломова, Е. Н. Соковни - на. — М.: Просвещение, 1983. — 208 с.
 - Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 6—7 лет / авт.-сост. С. И. Бекина, Т. И. Ломова, Е. Н. Соковни - на. — М.: Просвещение, 1984. — 288 с.
 - Музыкально-двигательные упражнения в детском саду : кн. для воспитателей и муз. рук. дет. сада / сост. Е. П. Раевская [и др.]. — М.: Просвещение, 1991. — 221 с.
 - Музыкальные игры и упражнения для развития и коррекции речи детей: пособие для учителей-дефектологов, музыкальных руководителей и воспитателей / авт.-сост. О. В. Клезович. — Мн.: Аверсэв, 2005. — 152 с.
 - Никашина, Г. А. Воспитание эстетических чувств у дошкольников на музыкальных занятиях : пособие для муз. рук. и педагогов дошк. учреждений. — Мн. : Беларусь, 2000. — 168 с.
 - Руднева, С. Д. Ритмика. Музыкальное движение / С. Д. Руднева, Э. М. Фиш. — М.: Музыка, 1972. — 334 с.
 - Сауко, Т. Топ-хлоп, малыши: программа по музыкальноритмическому воспитанию детей 2—3 лет / А. Буренина, Т. Сауко. — СПб. : Гном-Пресс, 2001. — 198 с.
 - Тютюнникова, Т. Э. Видеть музыку и танцевать стихи. Творческое музицирование, импровизация и законы бытия. — М.: Едиториал УРСС, 2003. — 264 с.
-

5. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

№	Формы контроля	Оценочные материалы	Примечание
1	Раздел 1. Ознакомительный		
1.1	Контрольные задания	1.Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. 2.Позиции рук – исходная, 1, 2, 3. 3.Позиции рук в парах; движения рук. 4.Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. 5.Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. 6.Припадания на месте и с продвижением в сторону. 7.«Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.	Степень овладения материалом и художественными средствами приемами по темам 1раздела. Точность выполнения заданий. Оценка самостоятельности выполнения заданий.
1.2.	Показ номера на концерте	Участие в Новогоднем концерте	Анализ участия детей в подготовке к выступлению.
2	Раздел 2. Создание музыкально-танцевального образа.		
2.1	Контрольные задания	1.Дробь с подскоком. 2.«Веребочка» – простая и с переступанием. 3.«Ключ» – дробный. 4.Присядки – комбинации из полу присядок и полных присядок с хлопками по голени снаружи и внутри на месте и в повороте. 5.Основные движения танца эстрадного танца, движений в паре в русском народном танце. 6. Народный танец. 7. Народный танец.	Степень овладения материалом и художественными средствами приемами по темам 2раздела. Точность выполнения заданий. Оценка самостоятельности выполнения заданий.

ПРИМЕРНЫЕ ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ

1. Дробь в сочетании с подскоком на опорной ноге

Исходное положение ног: 6-я позиция.

Музыкальный размер: 2/4.

Раз - Удар каблуком правой ноги об пол около середины стопы левой ноги. Тяжесть тела на левой ноге.

и - Маленький подскок на всей ступне левой ноги. Правая нога отделяется от пола, согнутая в колене, которое направлено вперед, подъем не вытянут. На вторую шестнадцатую правая нога ударяет всей ступней об пол около левой ноги по 6-й позиции, и тут же отделяется от пола.

Два - Правая нога с ударом опускается на всю ступню, чуть продвигаясь вперед, (и) Небольшой шаг левой ногой вперед с ударом на всю ступню.

Движение продолжается или с той же ноги, или с другой ноги.

2. «Веревочка»

Исходное положение 5 позиция ног, боком к станку.

На вступление- деми- плие, пятки оторвать от пола (низкие полу пальцы), колени направлены в сторону. Движение выполняется на 1 такт.

«И» - проскользнуть на опорной ноге, одновременно работающую ногу перевести назад в положение «под коленом»

«раз» - опустить по опорной ноге в позицию.

«и-два» - пауза. Повторить движение с левой ноги

№ 6 Движение «Веревочка» (законченный вид)

Исходное положение 5 позиция ног, выполняется на $\frac{1}{2}$ такта

На вступление- demi-plié, пятки оторвать от пола (низкие полу пальцы),

«и –раз» - веревочка правой ногой;

«и-два» - веревочка левой ногой

Этот вид так же можно исполнять вперед (обратная веревочка), в повороте, в сочетании с ковырялочкой, «косыночкой» и другими движениями.

Разновидности «веревочек»: двойная, с переступанием на каблук и на подушечку, со скачком на опорной ноге.

3. «Простой ключ»

Исходное положение ног: 6-я позиция. Музыкальный размер: 2/4.

Движение занимает два такта.

1-й такт

Раз - Притоп правой ногой или чуть заметный подскок на всей ступне обеих ног по 6-й позиции. Колени присогнуты и направлены вперед.

И -Исполнитель делает маленький подскок и опускается на всю ступню левой ноги, колено присогнуто. Правая нога слегка отделяется от пола, согнутая в колене, которое направлено вперед, с невытянутым подъемом.

Два -Правая нога с ударом опускается на всю ступню по 6-й позиции.

И-Левая нога отделяется от пола, согнутая в колене, с невытянутым подъемом.

Левая нога с ударом опускается на пол на всю ступню около правой ноги по 6-й позиции.

2-й такт

Раз-Маленький подскок на всей ступне правой ноги, чуть проскальзывая вперед, колено присогнуто. Левая нога отделяется от пола, присогнутая в колене, которое направлено вперед.

И -левая нога с ударом опускается на всю ступню по 6-й позиции. Правая нога слегка отделяется от пола, согнутая в колене, которое направлено вперед, подъем не вытянут.

Два -Правая нога с ударом опускается на всю ступню около левой ноги по 6-й позиции. Колени свободны.

И -Пауза.

4. «Двойной ключ».

Отличается от простого тем, что на счет «раз-и» 1-го такта исполнитель после подскока на всей ступне левой ноги на вторую шестнадцатую коротко ударяет всей ступней правой ноги об пол, тут же отделяя ее от пола.

5. «Тройной ключ»

По сравнению с «двойным ключом» усложнен еще одним дополнительным коротким ударом всей ступней левой ноги на вторую шестнадцатую счета «раз» 2-го такта.

6. Круговая кадриль

Музыка:

Музыкальный размер 2/4.

Основные танцевальные элементы:

Танцевальный шаг

Боковые шаги. Скрещивающиеся шаги. Шаги с каблука. Выставление ноги в сторону на каблук, или шаг-каблук в сторону "До-за-до" (dos-à-dos - спина к спине). Переступание Шаг-точка (шаг-тэп, или шаг-удар).

КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ТАНЦА

Композиция танца занимает 16 тактов музыкального сопровождения.

Исходное положение:

Танцующие стоят парами по кругу, лицом друг к другу: мальчик – лицом по линии танца, девочка – спиной по линии танца.

Ноги в 1 (естественной) позиции.

Руки подняты во 2-ую позицию, кисти соединены – "за пальчики".

1 фигура - Боковые шаги к центру и от центра - 8 тактов. 1-2 такты.

Счет 1-2-3-4 Танцующие исполняют в паре боковые шаги к центру.

Мальчик начинает движение с левой ноги. Девочка начинает движение с правой ноги. 1- Шаг с носка в сторону, к центру (мальчик - левой ногой влево, девочка - правой ногой вправо).

2- Шаг назад/накрест - поставить свободную ногу назад, примерно в 3 поз. (мальчик - правую ногу, девочка - левую) и слегка присесть на двух ногах. 3- Ещё один шаг с носка в сторону, к центру (мальчик - левой ногой влево, девочка - правой ногой вправо). 4- Вынести свободную ногу в сторону на каблук (мальчик ставит на каблук правую ногу, девочка - левую). На отведенную ногу не следует опираться. Опорная нога слегка смягчается. Голова поворачивается в сторону выставленной ноги (у мальчика - направо, у девочки - налево).

Движение сопровождается небольшим естественным наклоном корпуса в ту же сторону. **3-4 такты.** Счет 5-6-7-8 Танцующие в паре повторяют движения 1-2 тактов, продвигаясь теперь от центра. Мальчик начинает с левой ноги, девочка - с правой ноги. Перед первым шагом в сторону надо снять ногу с каблука, оттянуть носок и сделать шаг в сторону с носка. **5-8 такты.** Счет 1-2-3-4, 5-6-7-8 Повторить движения 1-4 тактов.

2 фигура - "До-за-до" - 4 такта. 9-12 такты. Счет 1-2-3-4-5-6-7-8 Партнеры разъединяют руки и опускают их вниз вдоль корпуса, кисти приподняты.

Счет 1-2-3-4-5-6-7- За 7 шагов партнеры обходят друг друга спиной, двигаясь по часовой стрелке, и возвращаются на свои места. Мальчик начинает с левой ноги, девочка - с правой ноги. Двигаясь вперед, партнеры встречаются правыми плечами, двигаясь назад - левыми. На шагах "до-за-до" руки мальчика двигаются вперед/назад вдоль корпуса. Девочка при каждом шаге делает небольшое движение плечами вверх/вниз.

На счет 8- приставить свободную ногу к опорной ноге. Мальчик приставляет правую ногу без веса к левой ноге. Девочка приставляет левую ногу к правой и переносит вес на левую ногу. (У обоих партнеров свободна правая нога.)

3 фигура - "Окошечко" - 2 такта. 13-14 такты.

Оба танцора начинают движение с правой ноги.

ВАРИАНТ-1. Счет 1-И-2, 3-И-4 1- Партнеры исполняют небольшой шаг правой ногой вперед (навстречу друг другу). Колено правой ноги смягчается. При этом они подают друг другу правые руки и поднимают их в 3 поз. – «окошечко». Левые руки опущены вниз, кисти приподняты.

И-2- Партнеры исполняют переступание на месте (левой ногой, правой ногой), слегка наклонив голову налево и глядя друг на друга в "окошечко" из-под соединенных рук. Переступание выполняется с подушечки на всю ступню и сопровождаются пружинистыми движениями в коленях вверх/вниз. И -3- Оба партнера исполняют небольшой шаг левой ногой назад (друг от друга). Колено левой ноги смягчается. Соединенные правые руки опускаются на уровень 1 поз.

И-4- Танцоры исполняют пружинистое переступание на месте (правой ногой, левой ногой).

ВАРИАНТ-2. Счет 1-2-3-4 Можно вместо переступания исполнять теп свободной ногой (мягкий удар подушечкой) рядом с опорной ногой: 1-2- Небольшой шаг правой ногой вперед и теп левой ногой рядом с правой ногой. 3-4- Небольшой шаг левой ногой назад и теп правой ногой рядом с левой ногой.

На шаге вперед партнеры могут не соединять руки в 3 поз., а подать правые руки друг другу сверху вниз, соединяя кисти рукопожатием ("здороваются"). На шаге назад, руки разъединяются.

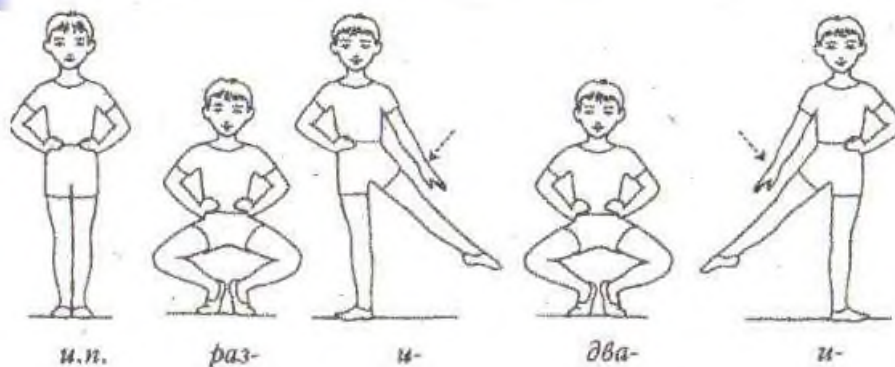
4 фигура - Переход к новому партнеру - 2 такта. 15-16 такты. Счет 5-6-7-8 И мальчик и девочка начинают движение с правой ноги.

Счет 5-6- Два шага вперед с правой ноги, проходя мимо друг друга и встречаясь правыми плечами: мальчик движется вперед по линии танца по внутреннему кругу, девочка движется вперед против линии танца по внешнему кругу. Танцующие переходят к новым партнерам. На шагах руки мальчика двигаются вперед/назад вдоль корпуса. Девочка при каждом шаге делает небольшое движение плечами вверх/вниз.

Счет 7-8- Сделать шаг правой ногой в сторону (перед новым партнером) и приставить левую ногу к правой в 1 поз. Мальчик приставляет левую ногу к правой ноге без веса. Девочка, приставляя левую ногу к правой, переносит на нее вес корпуса. (У мальчика свободна левая нога, у девочки - правая.) При этом танцующие соединяют руки в исходную позицию с новым партнером.

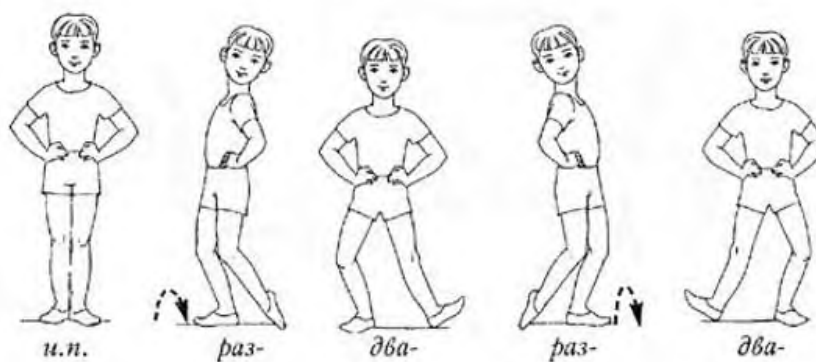
«ПРИСЯДКА»

Сила, ловкость, молодечество, удаль

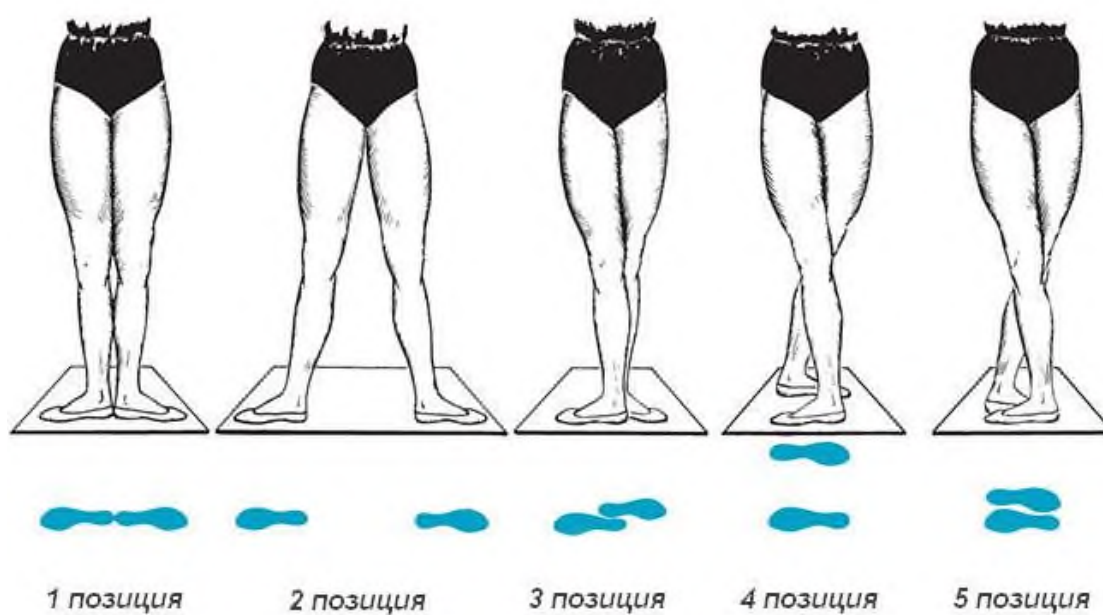


Повторяющиеся приседания с опорной на полупальцы обеих ног и разведением коленей в стороны. При «вырастании» можно поочередно выводить то одну, то другую ногу в сторону на каблук (или «на воздух») и ударять по ней ладонями.

"Ковырялочка"



Позиции ног



Позиции рук



Методические рекомендации

Хореографические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности в целом, активизируют мыслительные процессы. Музыкальные игры снимают психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т.е. социализируют ребенка. Организация движений с помощью музыкального ритма развивают у детей внимание, память, внутреннюю собранность, способствует формированию целенаправленной деятельности.

Основной акцент в хореографической работе с обучающимися делается на освоении родной русской танцевальной культуры, национальных фольклорных традиций – фундаментальных, преемственных, генетически проверенных на протяжении веков, оптимистических и жизнерадостных по своему образно-художественному строю. Все вышесказанное делает процесс обучения творческим, успешным, интересным, легкоусвояемым, понятным и близким по духу и восприятию.

Обязательная подача танцевального материала в системе связей «педагог-ученик» через игру, сюжетность и драматургию, через стилевые и колористические особенности народной хореографии, через многообразный спектр эмоций.

Использование разнообразного арсенала конкретных методов и приемов собственной разработки, направленных на эффективное освоение ритмики, танца, игр, импровизаций, на развитие и реализацию творческого потенциала. В комплекс конкретных методов и приемов, направленных на освоение программы, входят классические, направленные на изучение классического танца: беседа, показ, наблюдение, просмотр ТВ (наглядный метод), упражнение, отработка движений, трансляция опыта (выездные мероприятия), позиции рук, ног, адаптированных комбинаций на середине зала, прыжков. Партерная гимнастика помогает лучше почувствовать свое тело научиться управлять им. Для помощи развития воображения, эмоций и артистичности детей с ТМНР используются игры -это «нюхаем цветок», «лепим снежок», держим в руках «горячее солнышко» и т.д. Развитие мелкой моторики в сочетании с произношением звуков, в которые вкладываем различные эмоции: удивление, страх, радость и т.д. Все эти методы и приемы помогают в постановке и отработки танцев, этюдов на заданную тему и способствуют самостоятельности в выборе музыкального произведения для нового танца, сюжета в играх.