

Поволжское управление министерства образования Самарской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья
имени Героя Советского Союза И. Е. Егорова
городского округа Новокуйбышевск Самарской области

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» мая 2026г.
Протокол №6



O=ГБОУ
школа-интернат им.
И.Е.Егорова,
CN=Попова Е.В.,
E=mskou-perspektiv
a@yandex.ru
00b9af6afefec2e9a2
2026.09.02
16:31:07+04'00'

Утверждаю
Директор ГБОУ школы-интерната
им. И.Е. Егорова
_____/Е.В. Попова
Приказ №91/од от «01» сентября 2026г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Танцевальный кружок»**

направленность: художественная

Возраст обучающихся: 7 – 14 лет

Срок реализации: 4 года

Разработчик:
Гришина Любовь Викторовна,
педагог дополнительного образования

Краткая аннотация

Данная программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью. При разработке также были использованы программы – «Коррекционно-развивающее обучение: начальные классы» (сост. Л.А. Вахмянина, - М. Дрофа. 2001 г.), «Ритмика и бальные танцы» (сост. Е.И. Мошкова, Москва «Просвещение». 1997 г).

Пояснительная записка

Нормативно-правовые основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

Указ Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

ИЗМЕНЕНИЯ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);

Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным

программам»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 2 июня 2026 г. N 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Указ Губернатора Самарской области от 09.01.2025 №1-У «Об утверждении Программы социально-экономического развития Самарской области на 2024 – 2029 годы»

Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»);

Письмо министерства образования Самарской области от 10.07.2025 № МО/1064-ТУ (с «Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (новая редакция, 2025 год)»);

Письмо Министерства просвещения РФ от 21.01.2026 № АБ-254/06 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (Технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура»).

Направленность адаптированной программы дополнительного образования детей - художественная.

Актуальность программы обусловлена тем, что является продолжением и необходимым дополнением к рабочей программе по коррекционному курсу «Ритмика», удовлетворяя особые образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по-настоящему возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело» находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и

сохранения здоровья учащихся. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике и хореографии, способствуют приобщению детей к музыке, исправляют недостатки общей и речевой моторики, расширяют кругозор учащихся, их социально-бытовые ориентировки, корректируют познавательные психические функции (восприятие, память, внимание, мышление, воображение), воспитывают положительные качества личности (дружелюбие, коллективизм, дисциплинированность), активизируют творческие способности, способствуют эстетическому воспитанию.

Новизна данной программы состоит не только в обучении танцевальных и акробатических постановок, но и в оздоравливающем эффекте от занятий (профилактика заболеваний позвоночника, верхних дыхательных путей и т.д.).

Особое место в программе уделено патриотическому воспитанию школьников. Идеи патриотического, гражданского воспитания особенно актуальны в настоящее время, когда наблюдается рост национального самосознания. Одной из основных задач воспитания детей является воспитание любви к Родине, родному краю, чувства гордости за свою Родину. Представление о Родине начинается уже с картинки, слышимой музыки, окружающей природы, жизни знакомых улиц, поэтому в программу включен блок «народный танец», в рамках которого происходит знакомство с народным творчеством, в первую очередь, русского народа, а также с творчеством различных этносов, проживающих на территории России. Без интереса к народному творчеству учащиеся не смогут правильно передать характерные особенности изучаемого танца. Поэтому столь важно познакомить учащихся с историей, бытом и национальной культурой народа. Перед знакомством с каждой народностью педагог делает небольшой экскурс в историю данного народа, рассказывая об его обычаях, характере, тематике танцев, хореографической лексике и костюме.

Но следует отметить, что героическое прошлое нашего народа можно выразить не только средствами народного танца. Особое место в новейшей истории нашей страны занимает победа русского народа в Великой Отечественной войне. Поэтому в репертуаре танцевального коллектива обязательно используются танцы, отражающие важность этого события для нашего народа.

Педагогическая целесообразность данной программы объясняется важностью создания условий, способствующих коррекции недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности, так как танец, как естественное общественное явление, можно считать наиболее доступным и эффективным средством физического и психического развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

Целью образовательной программы является: создание условий для творческой социализации, социальной адаптации, социального взаимодействия детей с ОВЗ, развитие у ребенка творческого потенциала, психологической уверенности в собственной социальной значимости.

Задачи программы.

Обучающие задачи:

- познакомить с азами хореографического искусства различного жанра (классический танец, народно-характерный танец, эстрадный танец);
- сформировать у учащегося связь между музыкой и движением;
- обучить двигательным навыкам, которые должны постепенно совершенствоваться;
- накопить определённый запас танцевальной лексики.

Развивающие задачи:

- развитие координации, свободы движения, ритмичности;
- развитие памяти, внимания;
- развитие коммуникативных умений;
- развитие артистизма, эмоциональности, творческого воображения и фантазии;
- развитие гибкости, пластичности, природных данных;
- повышение уровня важнейших познавательных процессов, т.е. зрительного и слухового восприятия, различных видов памяти и внимания.

Воспитательные задачи:

- воспитывать трудолюбие и дисциплину;
- воспитывать аккуратность и ответственность;
- воспитывать чувство ансамбля и одновременно самостоятельность для исполнения танцевальных номеров, как в ансамбле, так и сольно;
- способствовать нравственно-патриотическому воспитанию обучающихся;
- воспитывать культуру манеры поведения;
- сформировать у учащегося положительное отношение к прекрасному, привлечь его внимание к творческому процессу.

Возраст обучающихся. Адаптированная программа «Танцевальный кружок» предназначена для обучающихся 1-7 классов с ограниченными возможностями здоровья.

Срок реализации данной программы 4 года. На текущий учебный год группы 4 года обучения нет. Но в перспективе такая группа будет. Программа в этой группе расписана на 68 часов в год, так как подготовка детей в этой группе позволит им участвовать во внешкольных мероприятиях более высокого уровня.

Форма обучения. Обучение проводится в очной форме.

В программе можно увидеть, что группы имеют разное количество часов, это зависит от уровня подготовленности и развития детей, а также от состава групп. Кроме того, не всегда расписание позволяет дать требуемое для группы данного года обучения достаточное количество часов. Первый этап обучения рассчитан на 34 занятия в год (1 занятие в неделю). Занятия длятся 40 минут и проходят во второй половине дня после основных учебных занятий. Второй год закрепляет знания и умения, полученные на первом году обучения, и совершенствует их. Многие темы программы повторяются, но время, отведенное на ту или иную тему, меняется по мере усвоения и отработки навыков. Для данной программы не предполагается определённого отбора учащихся, принимаются все желающие, независимо от танцевальных способностей, занятия проводятся по принципу «от простого к сложному».

Формы организации деятельности. При проведении занятий используются такие формы как: занятие, беседа, объяснение, практический показ, репетиция, концерт. Организация деятельности учащихся на занятии - групповая и индивидуальная. Основная форма занятий - групповая, но при создании репертуара (постановочно-репетиционная работа) используется индивидуальная форма занятий и индивидуально-групповая. Это работа с солистами, разучивание танцевальной комбинации с определёнными подгруппами детей.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Занятия длятся 40 минут и проходят во второй половине дня после основных учебных занятий.

Ожидаемые результаты освоения программы:

Предметные результаты:

Уровень достижений, учащихся в процессе освоения программы, отслеживается в постепенно усложняющихся ситуациях, позволяющих видеть конкретные умения и навыки.

Процесс освоения программы характеризуется последовательностью следующих этапов деятельности, формирующих конкретные умения и навыки:

- умение ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций;
- постановка правильной осанки во время движения;

- умение соотнести темп движений с темпом музыки;
- знание позиций ног: первая, вторая, третья с правой и левой ноги;
- самостоятельное исполнение танцевальных комбинаций,
- умение сохранять синхронность в танце;
- выход на сцену в массовых танцах.

Метапредметные результаты:

- выполнение правил поведения;
- способность трудиться;
- умение договариваться;
- формирование чувства ансамбля и одновременно самостоятельности;
- правильная оценка успехов и неудач.

Личностные результаты:

- проявление ответственности к работе;
- выполнение норм и правил поведения;
- способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени;
- проявление упорства к поставленной цели;
- преодоление трудностей;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- проявление бережного отношения к костюмам.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Прямыми критериями оценки результатов реализации данной учебной программы являются выступления детей, как местные (на базе школы), так и районные, областные.

Косвенными критериями служат: создание коллектива объединения, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге - возможность каждому ребёнку попробовать свои силы в разных видах танцевального творчества, выбрать приоритетное направление и максимально реализоваться в нём.

Работа учащихся оценивается по результатам участия в конкурсах и концертах. Также используются критерии и показатели эстетической воспитанности.

Работа обучающихся оценивается по результатам участия в конкурсах и концертах. Также используются критерии и показатели эстетической воспитанности.

Компоненты	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Эмоционально - чувственный	- богатство испытанных эмоционально-чувственных переживаний; - внимательное, -сосредоточенное состояние во время просмотра или прослушивания художественного произведения	- эмоциональность проявляется только при восприятии знакомых -художественных произведений; - нестабильность внимания во время просмотра или прослушивания художественного произведения	- эмоциональность восприятия почти не проявляется; - отсутствие внимания при восприятии художественного произведения

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы на каждом этапе обучения может быть в форме открытого занятия, отчетного концерта, участия в школьных, городских, всероссийских смотрах и конкурсах художественного творчества учащихся школ-интернатов и общеобразовательных учреждений.

Учебный план

№ п/п	Название раздела	Количество часов											
		1-й год обучения			2-й год обучения			3-й год обучения			4-ый год обучения		
		всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-
2	Азбука музыкального движения	16	8	8	36	12	24	18	8	10	41	16	25
3	Классический танец	2	-	2	8	-	8	2	-	2	6	-	6
4	Народный	6	-	6	6	-	6	6	-	6	8	-	8

	танец												
5	Бальный танец	2	-	2	6	-	6	4	-	4	6	-	6
6	Повторение и отработка изучаемого в группе танца	7	-	7	11	-	11	3	-	3	6	-	6
Итого		34	9	25	68	13	55	34	9	25	68	17	51

Учебно-тематический план программы «Танцевальный кружок»

Первый год обучения

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.	1	1	-	Педагогическое наблюдение. Демонстрация полученных навыков на внутришкольных и городских мероприятиях.
2.	Изучение позиций рук и ног. Исходная позиция.	2	1	1	
3.	Изучение общепринятых движений (шаги, подскоки, прыжки).	4	1	3	
4.	Общеразвивающие упражнения.	4	1	3	
5.	Партерные упражнения на развитие гибкости.	2	1	1	
6.	Коррекционная ритмика.	2	-	1	
7.	Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.	2	1	1	
8.	Азбука классического танца.	2	1	1	

9.	Народный танец. История создания, традиции, обычаи.	6	2	4	
10	Детский бальный танец.	2	1	1	
11.	Повторение и отработка изучаемого танца.	5	-	5	
12.	Музыкальные игры.	2	-	2	
	ИТОГО	34	9	25	

Учебно-тематический план программы «Танцевальный кружок»

Второй год обучения

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.	1	1	-	Педагогическое наблюдение. Демонстрация полученных навыков на внутришкольных и городских мероприятиях.
2.	Повторение позиций рук и ног.	2	-	2	
3.	Повторение общепринятых упражнений для разминки.	4	-	4	

4.	Общеразвивающие упражнения.	4	-	4	
5.	Партерные упражнения на развитие гибкости.	6	1	5	
6.	Танцы под песни.	6	2	4	
7.	Развитие чувства ритма.	4	1	3	
8.	Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.	4	1	3	
9.	Координация движений.	6	1	5	
10.	Азбука классического танца.	8	2	6	
11.	Народный танец.	6	2	4	
12.	Современный бальный танец.	6	2	4	
13.	Повторение и отработка изучаемого в группе танца.	6	-	6	
14.	Повторение и отработка изученного материала.	5	-	5	
	ИТОГО	68	13	55	

Учебно-тематический план программы «Танцевальный кружок»

Третий год обучения

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.	1	1	1	Педагогическое наблюдение. Демонстрация полученных навыков на внутришкольных и городских мероприятиях.
2.	Повторение и изучение сложных позиций рук и ног.	2	-	2	
3.	Повторение и усложнение общепринятых упражнений для разминки.	2	-	2	
4.	Общеразвивающие упражнения.	2	1	1	
5.	Партерные упражнения на развитие гибкости.	3	1	2	
6.	Развитие чувства ритма.	2	1	1	
7.	Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.	4	1	3	

8.	Координация движений.	3	1	2	
9.	Азбука классического танца.	2	1	1	
10.	Народный танец.	6	2	4	
11.	Современный бальный танец.	4	1	3	
12.	Повторение и отработка изучаемого в группе танца.	3	-	3	
	ИТОГО	34	9	25	

**Учебно-тематический план программы «Танцевальный кружок»
Четвёртый год обучения**

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.	1	1	-	Педагогическое наблюдение. Демонстрация полученных навыков на внутришкольных и городских мероприятиях
2.	Повторение общепринятых упражнений для разминки.	4	-	4	
3.	Общеразвивающие упражнения.	4	1	3	
4.	Партерные упражнения на развитие гибкости.	6	2	4	

5.	Развитие чувства ритма.	4	1	3	
6.	Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.	4	1	3	
7.	Координация движений.	6	1	5	
8.	Азбука классического танца.	6	1	5	
9.	Народный танец.	8	3	5	
10.	Современный бальный танец.	6	2	4	
11.	Вертушки и крутки на месте и по диагонали.	3	1	2	
12.	Характерный танец.	4	1	3	
13.	Современные направления в танцах	4	1	3	
13.	Повторение и отработка изучаемого в группе танца.	4	1	3	
14.	Повторение и отработка изученного материала.	2	-	2	
	ИТОГО	68	17	51	

Содержание программы

Первый год обучения:

Тема №1: Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.

Теория: Танец в нашей жизни (беседа). Для чего нужен танец. Как научиться танцевать. Правила безопасности на занятии.

Тема №2-3: Изучение позиций рук и ног. Исходная позиция.

Теория: Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки».

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №4-6: Изучение общепринятых движений (шаги, подскоки, прыжки).

Теория: Марш (шаг энергичный, бодрый, торжественный). Марш со сменой ведущих (расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук). Разучивание видов шагов: спокойная ходьба, «топотушки», боковой приставной шаг, шаги с припаданием. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №7-10: Общеразвивающие упражнения.

Практика: Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по

специальной системе подготовки начинающих танцоров.

Тема №11-12: Партерные упражнения на развитие гибкости.

Теория: Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений.

Практика: Система специально разработанных упражнений на развитие

основных навыков по данной теме.

Тема №13-14: Коррекционная ритмика.

Практика: Система упражнений, направленная на развитие музыкального слуха:

прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди

музыкальную фразу».

Тема №15-16: Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.

Теория: Три жанра музыки (марш, песня, танец). Музыкальная грамота: построение музыкальной фразы; характер счета 4/4, 3/4, 2/4.

Практика: Упражнения для закрепления знаний.

Тема №17-20: Азбука классического танца.

Теория: Вводная беседа о танце «Кто придумал первый танец?» Круг-символ солнца. Постановка корпуса. Позиции головы, корпуса. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения).

Практика: Отработка движений под музыку. Игры.

Тема №21-24: Народный танец.

Теория: История создания, традиции, обычаи. Основные шаги и движения.

Практика: Отработка движений под музыку. Игры.

Тема №25-26: Детский бальный танец.

Теория: Вальс. Баланс. Перемена по одному и в паре. Правый и левый повороты. Спин-поворот. Каблучный поворот. Повороты под рукой.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №27-32: Повторение и отработка изучаемого танца.

Практика: Выполнение движений под музыку, исправление возможных ошибок.

Тема №33-34: Музыкальные игры.

Практика: Выполнение изученных движений в играх под музыку.

Второй год обучения:

Тема №1: Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.

Теория: Ознакомление с правилами техники безопасности. Танцевальная разминка. Просмотр видео с танцами.

Тема №2-3: Повторение позиций рук и ног.

Теория: Упражнения для ног. Позы классического танца. Разучивание позиций ног: «бабочка», «стрекоза», «ёлочка», «стрелочка», «лодочка». Разучивание позиций рук: «луна», «кораблик», «звездочка», «солнце».

Практика: Отработка движений под музыку. Игры.

Тема №4-7: Повторение общепринятых упражнений для разминки.

Практика: Система специально разработанных упражнений на развитие

основных навыков по данной теме.

Тема №8-11: Общеразвивающие упражнения.

Практика: Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по

специальной системе подготовки начинающих танцоров.

Тема №12-17: Партерные упражнения на развитие гибкости.

Теория: Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений.

Практика: Система специально разработанных упражнений на развитие

основных навыков по данной теме.

Тема №18-23: Танцы под песни.

Теория: Танцевальные движения: закрепление «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп – веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №24-26: Развитие чувства ритма.

Теория: Прыжки на одной ноге: «часики», галоп вперед, простая «моталочка». Танцевальные движения: «расчесочка», «ковырялочка» на прыжке, выбрасывание на подскоке носка, пятки, «ковырялочка» на подскоке.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №27-30: Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.

Теория: Навыки выразительного движения: упражнения для развития ритмичного движения, упражнения для развития умения переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, эмоциональная передача танцевального образа.

Практика: Упражнения для закрепления знаний.

Тема №31-36: Координация движений.

Теория: Методика выполнения развивающих движений.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №37-44: Азбука классического танца.

Теория: Беседа о классическом танце, просмотр видео. Техника классического танца.

Практика: Разучивание танцевальных движений. Построение танца.

Тема №45-50: Народный танец.

Теория: История создания, традиции, обычаи.

Танцевальные движения: пружинка, пружинка с поворотом, подскок с притопом на месте. Танцевальные движения: притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке.

Практика: Разучивание танцевальных движений. Построение танца.

Тема №51-56: Современный бальный танец.

Теория: Беседа «Бальный танец - одна из бытовых форм хореографии». Методика исполнения основных движений.

Практика: Танцевальные композиции: «Полонез», «Полька», «Вальс», «Танго».

Тема №57-62: Повторение и отработка изучаемого в группе танца.

Практика: Повторение движений, исправление возможных ошибок.

Тема №63-68: Повторение и отработка изученного материала.

Практика: Подведение итогов за год. Итоговая аттестация.

Третий год обучения:

Тема №1: Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.

Теория: Повторение правил техники безопасности. Танцевальная разминка. Музыкальные игры.

Тема №2-3: Повторение и изучение сложных позиций рук и ног.

Практика: Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и

развитие мышц верхнего плечевого пояса: наклоны головы, сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч.

Тема №4-5: Повторение и усложнение общепринятых упражнений для разминки.

Практика: Танцевальные шаги: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте

и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения

рук. Шаги, выполненные через выпад вправо-влево, вперед-назад.

Тема №6-7: Общеразвивающие упражнения.

Практика: Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по

специальной системе подготовки начинающих танцоров.

Тема №8-10: Партерные упражнения на развитие гибкости.

Теория: Беседа о влиянии упражнений для развития будущего танцора.

Практика: Система специально разработанных упражнений на развитие

основных навыков по данной теме.

Тема №11-12: Развитие чувства ритма.

Практика: Хлопки в парах. Прыжки с попеременным выбрасыванием ног вперед. Соединение прыжков и хлопков по одному и в парах. Игры.

Тема №13-16: Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.

Теория: Навыки выразительного движения: упражнения для развития ритмичного движения, упражнения для развития умения переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, эмоциональная передача танцевального образа.

Практика: Упражнения для закрепления знаний.

Тема №17-19: Координация движений.

Теория: Методика выполнения развивающих движений.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №20-23: Азбука классического танца.

Теория: Беседа о классическом танце, просмотр видео. Техника классического танца.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №24-27: Народный танец.

Теория: История создания, традиции, обычаи.

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца.

Практика: Отработка движений под музыку. Игры.

Тема №28-31: Современный бальный танец.

Теория: Беседа о бальных танцах. Просмотр видео.

Практика: Танцевальные композиции: «Полонез», «Полька», «Вальс», «Танго».

Тема №32-34: Повторение и отработка изучаемого в группе танца.

Практика: Отработка изученных движений в танце.

Четвёртый год обучения:

Тема №1: Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.

Теория: Повторение правил техники безопасности. Танцевальная разминка. Музыкальные игры.

Тема №2-5: Повторение общепринятых упражнений для разминки.

Практика: Выполнение групп упражнений.

Тема №6-9: Повторение общепринятых упражнений для разминки.

Практика: Выполнение групп упражнений.

Тема №10-13: Общеразвивающие упражнения.

Практика: Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по специальной системе подготовки начинающих танцоров.

Тема №14-19: Партерные упражнения на развитие гибкости.

Теория: Знакомство с новыми элементами партерной гимнастики: образные движения; танцевальные этюды на полу. Выполнение изученных упражнения партерной гимнастики на растяжку и гибкость.

Практика: Правила выполнения упражнений. Последовательность. Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Тема №20-23: Развитие чувства ритма.

Практика: Игра «Найди свой путь», движение по залу со сменой направлений под

музыку. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме

музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево.

Тема №24-27: Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.

Теория: Навыки выразительного движения: упражнения для развития ритмичного движения, упражнения для развития умения переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, эмоциональная передача танцевального образа.

Практика: Упражнения для закрепления знаний.

Тема №28-33: Координация движений.

Теория: Основные шаги танца. Разучивание видов шагов: спокойная ходьба, «топотушки», боковой приставной шаг, шаги с припаданием. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №34-41: Азбука классического танца.

Теория: Виды классического танца. Просмотр видео. Техника движений.

Практика: Разучивание танца.

Тема №42-47: Народный танец.

Теория: История создания, традиции, обычаи.

Техника движений, просмотр видео.

Практика: Разучивание танца.

Тема №48-53: Современный бальный танец.

Теория: Техника движений, повторение.

Практика: Разучивание танца.

Тема №54-56: Вертушки и крутки на месте и по диагонали.

Теория: Методика выполнения движений.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №57-60: Характерный танец.

Теория: Позиции ног, рук. Танцевальные позы. Разучивание элементов танца. Положение корпуса и головы. Работа над техникой исполнения танцевальных движений. Постановка танца.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №61-64: Современные направления в танцах.

Теория: Техника современного танца.

Практика: Отработка движений под музыку.

Тема №65-67: Повторение и отработка изучаемого в группе танца.

Теория: Повторение техники выполнения движений.

Практика: Отработка изученных движений в танце.

Тема №68: Повторение и отработка изученного материала.

Практика: Подведение итогов за год. Итоговая аттестация.

Воспитание

1. Цель, задачи и целевые ориентиры воспитания детей.

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

- воспитание любви и привязанности к своей семье, дому, городу, стране;
- воспитание уважение к труду, результатам труда, уважения к старшим;
- формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;
- приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной группы, применение полученных знаний, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения,

социализации, признания, самореализации, творчества при освоении содержания программы;

- развитие творческого самовыражения в искусстве, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

- воспитание художественного вкуса;
- формирование и развитие личностного отношения детей к искусству, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);

- уважение к художественной культуре, искусству народов России;
- приобретение опыта творческого самовыражения в искусстве, заинтересованности в презентации своего творческого продукта, опыта участия в концертах и выставках;

- развитие стремления к сотрудничеству, уважения к старшим; ответственности; воли и дисциплинированности в творческой деятельности;

- приобретение опыта художественного творчества как социально значимой деятельности.

2. Формы и методы воспитания.

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с содержанием программы обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей школьного возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля

и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Практические занятия детей способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

3. Условия воспитания, анализ результатов.

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

4. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Формы проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	Праздничная концертная программа «Для Вас, учителя!»	октябрь	Выступление	Фотоотчет о проведении мероприятия с публикацией на сайте школы
2.	Новогодняя ёлка «Спешите верить в чудеса»	декабрь	Выступление	Фотоотчет о проведении мероприятия с публикацией на сайте школы
3.	Праздничный концерт к 8 марта «Букет весеннего настроения»	март	Выступление	Фотоотчет о проведении мероприятия с публикацией на сайте школы
4.	Праздничный концерт для ветеранов микрорайона «И снова май, салют, цветы и слёзы!»	май	Выступление	Фотоотчет о проведении мероприятия с публикацией на сайте школы
5.	Участие в конкурсах	В течение года	Выступление	Фотоотчет о проведении мероприятия с публикацией на сайте школы

Методы обучения и формы занятий.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ);
- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др;
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам;

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.
- демократичности и гуманизма (взаимодействие педагога и ученика в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных творческих работ).

Информационно-методическое обеспечение программы.

Методические материалы

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

Применяемые технологии и средства обучения и воспитания.

Использование педагогических технологий позволяет равномерно во время занятия распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физкультминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ.

Личностно – ориентированное обучение. Это такое обучение, которое ставит главным - самобытность ребенка, его самооценку субъектность процессов обучения. Цель личностно – ориентированного обучения состоит в том, чтобы заложить в ребенке механизмы самореализации, саморазвития, саморегуляции самовоспитания и другие, необходимые для становления самобытного образа и диалогического взаимодействия с людьми, природой, культурой, цивилизацией.

Коллективно – творческая деятельность. Комплексная педагогическая технология, объединяющая в себе формы образования, воспитания и эстетического общения. Её результат – общий успех, оказывающий положительное влияние как на коллектив в целом, так и на каждого учащегося в отдельности.

Игровая технология. Эта технология позволяет учащимся во время учебного процесса наиболее раскрыться, снять напряжение и проявить свои творческие способности, ведь он действует в привычной для него обстановке. Для успешного развития творческих способностей ребенок должен испытать радость умственного напряжения, которое доставляет решение учебных задач. Целью игровых технологий является снижение утомляемости учащихся на занятии. С помощью игры дети учатся наблюдать, анализировать, выражать свои мысли, получать необходимые навыки в рисовании, но лишь в непринужденной, комфортной обстановке. В игре дети получают массу положительных эмоций; радость творчества, сотрудничества, общения, сопереживания, азарта, чувство победы, возможность проявить свои таланты.

Здоровьесберегающие технологии. Использование данной технологии позволяет равномерно во время занятия распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физминутками,

определять время подачи материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, что даёт положительные результаты в обучении.

Материально – техническое обеспечение. Спортивный зал, магнитофон, диски с музыкой, проектор, наглядные материалы.

Список литературы

Литература для педагога

1. Л.А. Вахмянина «Коррекционно-развивающее обучение: начальные классы». - М.: Дрофа. 2001. – 121 с.
2. Е.И. Мошкова «Ритмика и бальные танцы». - М.: Просвещение. 1997. – 75с.
3. Ритмика, музыкальное движение. – М. Просвещение. 1982. – 94с.
4. Руднева С. Музыкально-двигательные упражнения. - М.: Просвещение. 1991. – 87с.
5. Лисицкая Т. «Гимнастика и танец» - М. Просвещение. 1988. – 83с.
6. Ротерс Т. «Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М.: 1986. – 125с.
7. Современный бальный танец (под редакцией Строганова и Уральской) – М. Просвещение. 1978. – 92 с.
8. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. Под ред. Е.А. Медведевой. - М.: Академия. 2002. – 154с.
9. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста с ЗПР.
10. Касицына М.А., Бородин И.Г. - М.: Гном и Д. 2005. – 97с.
11. Н.П. Базарова, В.П. Мей «Азбука классического танца», - М.: Лань.2006. -173с.
12. Замуруева О «Развиваем музыкальный и ритмический слух», - М.: Просвещение. 2015. – 152с.

Календарный учебный график

1 год обучения

№ п/п	Дата проведения (месяц)	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Вводное занятие. Техника	Теория	Кабинет ритмики	Беседа Наблюдение

		безопасности на уроках ритмики.			Анализ продукта деятельности
		Изучение позиций рук и ног. Исходная позиция.	Теория Практика		
2	Октябрь	Изучение общепринятых движений (шаги, подскоки, прыжки).	Теория Практика		
3	Ноябрь	Общеразвивающие упражнения.	Теория Практика		
4	Декабрь	Партерные упражнения на развитие гибкости.	Теория Практика		
		Коррекционная ритмика.	Теория Практика		
5	Январь	Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.	Теория Практика		
		Азбука классического танца.	Теория Практика		
6	Февраль	Народный танец. История создания, традиции, обычаи.	Теория Практика		
7	Март	Детский бальный танец.	Теория Практика		
8	Апрель	Повторение и отработка изучаемого танца.	Теория Практика		
9	Май	Музыкальные игры.	Теория Практика		

2 год обучения

№ п/п	Дата проведения (месяц)	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.	Теория	Кабинет ритмики	Беседа Наблюдение Анализ продукта деятельности
		Повторение позиций рук и ног.	Практика		
2	Октябрь	Повторение общепринятых упражнений для разминки.	Практика		
3	Ноябрь	Общеразвивающие упражнения.	Практика		
4	Декабрь	Партерные упражнения на развитие гибкости.	Теория Практика		
		Танцы под песни.	Теория Практика		
5	Январь	Развитие чувства ритма.	Теория Практика		
		Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.	Теория Практика		
6	Февраль	Координация движений.	Теория Практика		
7	Март	Азбука классического	Теория Практика		

		танца.			
8	Апрель	Современный бальный танец.	Теория Практика		
9	Май	Повторение и отработка изучаемого в группе танца.	Теория Практика		

3 год обучения

№ п/п	Дата проведения (месяц)	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.	Теория	Кабинет ритмики	Беседа Наблюдение Анализ продукта деятельности
		Повторение и изучение сложных позиций рук и ног.	Практика		
2	Октябрь	Повторение и усложнение общепринятых упражнений для разминки.	Практика		
		Общеразвивающие упражнения.	Теория Практика		
3	Ноябрь	Партерные упражнения на развитие гибкости	Теория Практика		
		Развитие чувства ритма.	Теория Практика		

4	Декабрь	Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.	Теория Практика		
5	Январь	Координация движений.	Теория Практика		
		Азбука классического танца.	Теория Практика		
6	Февраль	Народный танец.	Теория Практика		
7	Март	Азбука классического танца.	Теория Практика		
8	Апрель	Современный бальный танец.	Теория Практика		
9	Май	Повторение и отработка изучаемого в группе танца.	Практика		

4 год обучения

№ п/п	Дата проведения (месяц)	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках ритмики.	Теория	Кабинет ритмики	Беседа Наблюдение Анализ продукта деятельности
		Повторение общепринятых упражнений для разминки.	Практика		

2	Октябрь	Общеразвивающие упражнения.	Практика		
		Партерные упражнения на развитие гибкости	Теория Практика		
3	Ноябрь	Развитие чувства ритма.	Теория Практика		
		Музыкальная грамота: характер, размер, стиль, темп музыки при исполнении движений.	Теория Практика		
4	Декабрь	Координация движений.	Теория Практика		
5	Январь	Азбука классического танца.	Теория Практика		
6	Февраль	Народный танец.	Теория Практика		
7	Март	Современный бальный танец.	Теория Практика		
8	Апрель	Вертушки и крутки на месте и по диагонали.	Теория Практика		

		Характерный танец.	Теория Практика		
9	Май	Повторение и отработка изучаемого в группе танца.	Практика		
		Повторение и отработка изученного материала.	Практика		