

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
гимназия имени Заслуженного учителя Российской Федерации Сергея Васильевича Байменова  
города Похвистнево городского округа Похвистнево Самарской области  
Структурное подразделение Центр детского творчества «Пируэт»

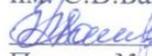
**Рассмотрена**

Протокол МС № 01  
От «19» 08 2019 г.

Методист по УВР

 /Н.Н.Деревянова/  
«19» августа 2019 г.

**Утверждаю**

Директор ГБОУ гимназии  
им. С.В.Байменова города Похвистнево  
 С.В.Базизова

Приказ № 10/2019  
от «24» августа 2019 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности**

**«ИЗЮМИНКА»**

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок реализации: 1 год

**Разработчик: Улигерова Екатерина Александровна**

Педагог дополнительного образования I категории

## Оглавление

Пояснительная записка	3 стр
Учебно-тематический план	9 стр
Содержание программы	11 стр
Список используемой литературы	20 стр
Приложение	21 стр

**Индивидуальная группа по работе с детьми  
с ОВЗ, детьми инвалидами.**

**154 часа**

**Возраст: 5-6 лет**

**Пояснительная записка.**

В настоящее время огромное количество детей относятся к категории детей с ограниченными возможностями, вызванными различными отклонениями в состоянии здоровья, и нуждаются в специальном образовании, отвечающем их особым образовательным потребностям.

В соответствии с Конституцией Российской Федерации и Законом «Об образовании» эти дети имеют равные со всеми права на образование.

Образование детей с ограниченными возможностями здоровья предусматривает создание для них специальной коррекционно-развивающей образовательной среды, обеспечивающей адекватные условия и равные с обычными детьми возможности для получения образования в пределах специальных образовательных стандартов, лечение и оздоровление, воспитание, коррекцию нарушений развития, социальную адаптацию.

**Актуальность:**

Программа разработана с учетом государственной политики в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей.

Танец является средством, с помощью которого учащийся приобретает различные навыки: координацию движения, чувство ритма, музыкальность, эмоциональность, коммуникабельность. Развивается умение ориентироваться в пространстве, формируется правильная осанка, красивая походка.

Хореографическое искусство воспитывает трудолюбие, терпение, взаимовыручку.

Как правило, дети, которые занимаются в творческих коллективах, легче адаптируются в повседневной жизни.

Отличительные особенности: Эта программа намечает тот объём знаний и материала, который может быть использован с учётом физических и психических возможностей учащихся.

Программа так же предполагает разучивание танцевальных номеров, как массовых, так и сольных, и для их отработки предполагается работа, как со всей группой, так и индивидуально с одним учащимся.

**Цель:**

Развить творческие способности детей с ОВЗ через включение их в танцевальную деятельность.

## **Задачи:**

### Обучающие:

- 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:

- 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:

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

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

### ***Личностные:***

определять смысл влияния занятий ритмикой на здоровье человека;  
активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;  
проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

### ***Регулятивные:***

ставить учебные задачи в соответствии с предполагаемой деятельностью;  
составлять план и последовательность действий для достижения результата;

анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

технически правильное выполнение двигательных действий.

***Предметные:***

выполнение ритмических комбинаций;

развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);

развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

**Межпредметные связи**

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам:

«Музыкальное воспитание», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.

Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

«Ознакомление с окружающим», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

***Условия набора в коллектив:***

Для данной программы не предполагается определённого отбора учащихся, принимаются все желающие, независимо от танцевальных способностей.

***Условия формирования групп:***

Деятельность детей осуществляется по возрастным группам. Списочный состав каждой группы формируется с учетом возраста, санитарных норм (медицинская справка о состоянии здоровья).

***Количество детей в группе:*** 1 год обучения - не менее 15 человек

***Особенности организации образовательного процесса:*** Занятия проводятся по принципу «от простого к сложному»

***Формы проведения занятий.***

Занятие

Беседа

Объяснение

Практический показ

Репетиция

Концерт

**Формы организации 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.

**Ожидаемые результаты:**

По окончании обучения учащиеся должны:

- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- уметь воспринимать и передавать в движении образ;
- уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па»;
- ритмично двигаться, соблюдая колорит и удаль русской души;
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.

Критерии и способы определения результативности:

Проводится промежуточный и итоговый зачет по хореографии по следующим видам контроля (по 5-ти балльной системе):

Критерий	Высокий уровень (5 баллов)	Средний уровень 4 балла)	Низкий уровень (3-1 балл)
1. Ритмичность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается	Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.	Движения передают только общий характер, темп, метроритм музыки.	Движения не совпадают с темпом, ритмом, ориентированны только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога.

<p>соответствие исполнение движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).</p>			
<p>2.Гибкость - Гибкость (В положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад):</p>	<p>Угол <math>90^0</math> и больше.</p>	<p>Расстояние от пятки до пола равно или немного меньше <math>1/2</math> расстояния от носки до пятки по проекции стопы</p>	<p>Поднимание ноги ниже <math>90^0</math></p>
<p>3. Танцевальный этюд - (Выводится средний балл по всем измерениям). <i>Координация</i> (согласованность движений тела):</p>	<p>Исполняют заданную комбинацию без ошибок, уверенно.</p>	<p>Исполняют комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляются после 3-5 повторов.</p>	<p>Исполняют комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения.</p>

**ПРОТОКОЛ**  
**Переводного зачета по хореографии**  
 год обучения \_\_\_\_\_  
 от «\_\_» \_\_\_\_\_ 201 г.

№	Фамилия, имя	Ритмичность Музыкальность	Танцевальные данные			Артистичность	Танцевальный этюд	Итого
			Постановка корпуса	Техника ног	Пластика рук			

Экзаменационная комиссия:

Руководитель СП «Пируэт»

Павлова Г.Н.

Педагог допол. Образ.

Улигерова Е.А.

Методист

Деревенцова Н.Н.

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы: отчетный концерт в конце учебного года.

**Учебный план ДОП «Изюминка»**

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Концертная деятельность
1.	«Ритмика»	54	16	30	4
2.	«Танцевальные игры»	100	28	68	8
	<b>ИТОГО</b>	<b>154</b>	<b>44</b>	<b>98</b>	<b>12</b>

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ**

Содержание занятий	СТ-1а
<b>1. Теоретические занятия (час):</b>	
- инструктаж по технике безопасности	4
- правила гигиены	6
- понятие хореографии как искусства	14
- о народном танце.	14
- великие хореографы и танцоры	6

	<b>44</b>
<b>2. Практические занятия (час):</b> Ритмика: 1. Растяжка ног 2. Упражнения на гибкость 3. Упражнения на постановку осанки. Танцевальные игры: 1. Игры на внимательность. 2. Актёрское мастерство 3. Танцевально-образные игры.	<b>98</b>
<b>3. Концертная деятельность:</b> - зачеты, переводные экзамены - участие в концертах	<b>12</b>
<b>Всего часов:</b>	<b>154</b>

### **Содержание программы.**

Восприятие у детей с ОВЗ отличается неустойчивостью и неорганизованностью, но в то же время остротой и свежестью, «созерцательной любознательностью». Эти дети в то же время с живым любопытством воспринимают окружающую жизнь, которая каждый день раскрывает перед ним что-то новое. Малая дифференцированность восприятия, слабость анализа при восприятии отчасти компенсируются ярко выраженной эмоциональностью восприятия. Опираясь на нее, опытные педагоги постепенно приучают детей с ОВЗ целенаправленно слушать и смотреть, развивают наблюдательность. Первую ступень ребенок завершает тем, что восприятие, будучи особой целенаправленной деятельностью, усложняется и углубляется, становится более анализирующим, дифференцирующим, принимает организованный характер. Поэтому весь процесс обучения и воспитания ребенка с ОВЗ подчинен воспитанию культуры внимания. Жизнь требует от ребенка постоянных упражнений в произвольном внимании, волевых усилий для сосредоточения.

Память в этот период имеет преимущественно наглядно-образный характер. Безошибочно запоминается материал интересный, конкретный, яркий. Однако дети с ОВЗ не умеют распорядиться своей памятью и подчинить ее задачам обучения. Податливость и известная внушаемость

детей, их доверчивость, склонность к подражанию, огромный авторитет, которым пользуется педагог, создают благоприятные предпосылки для формирования личности. Основы поведения детей с ОВЗ закладываются именно во время занятий, а роль в процессе социализации личности огромна.

*Основные формы проведения занятий:*

- танцевальные репетиции;
- игра;
- беседа;
- праздник.

*Основные виды занятий* – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

*Методы:*

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- объяснительно-иллюстративный (наглядный, с использованием схематических элементарных партитур);
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

*Метод показа.*

Разучивание нового движения, позы педагог 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, песен и др.), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями (показ певческих приемов, движений, картинок, игрушек и др.).

*Игровой метод.*

У детей младшего возраста игровой рефлекс доминирует, они лучше все воспринимают через игру. На музыкально-ритмических занятиях у детей формируются знания, умения и навыки в различных видах деятельности, связанных с музыкой: восприятие музыки, музыкально - ритмические движения (танцевальные и гимнастические движения, несложные композиции под музыку), инсценирование музыкальных сказок и т. п.

Коррекционная работа базируется на целенаправленном развитии у детей с ОВЗ восприятия музыки. Обучение восприятию музыки направлено на развитие у них эмоциональной отзывчивости на музыку и формирование восприятия основных ее элементов.

Один из основных видов деятельности, это музыкально – ритмические движения. Дети с ОВЗ учатся выразительно, правильно и ритмично выполнять под музыку основные движения, например ходьбу, бег, прыжки, танцевальные упражнения, исполнять несложные танцевальных композиции.

#### *Режим занятий*

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятий – 25-30 минут. Каждое занятие начинается и заканчивается 2-х – 3-х минутной релаксацией (в начале занятия, - настрой на урок, в конце, - снятие нагрузки). Формирование групп происходит после диагностики детей, в соответствии с уровнем способностей и возрастными особенностями. Основная форма проведения занятий – танцевальные репетиции.

Так как занятия проводятся с детьми с ограниченными возможностями здоровья, то первоначально педагог консультируется с медицинскими работниками относительно противопоказаний.

Занятия ритмикой с детьми с ОВЗ представляют собой не просто комплекс движений, помогающих исправлению осанки, постановке правильного дыхания, формированию движения и умения чувствовать ритм, но в первую очередь направлены на компенсацию ограничений в здоровье через творческую составляющую. Танец выполняет функцию психической и соматической релаксации, восстанавливает жизненную энергию ребенка с ОВЗ и его самооощения как индивидуальности. Танец способствует более успешной адаптации детей с ОВЗ в среде сверстников.

#### *Особенности освоения танцев детьми с различными проблемами.*

Учитывая особенности ребенка, имеющего проблемы общения, мы сначала пассивно погружаем его в атмосферу танца, давая ему возможность со стороны наблюдать за действиями детей, т.е. принять новый стереотип поведения. Иногда он сам сразу же встает в круг под впечатлением общего движения, ритма, музыки, иногда - через определенное время. Последовательность ритмических движений и танцев, а так же состав детей должны из раза в раз сохраняться одними и теми же.

В каждой группе детей с ОВЗ есть ребенок, который постоянно стремится подчинить себе всех и всё окружающее (стремится "завладеть всем пространством"). Четко выстроенная структура танца (ритм, рисунок, программа) постепенно "подчиняет" себе этого ребенка. Как правило, такой ребенок вначале очень сопротивляется вхождению в атмосферу танца или все

время стремится сломать рисунок танца. Но если атмосфера достаточно сильна, музыка и движения правильно подобраны, общее действие и ритм оказывают "магическое" действие. Такому ребенку можно поставить условие: или танцуй со всеми и делай все, как требуется, или выходи из круга.

Расторможенного ребенка (очень быстро от всего пресыщается) можно сразу ввести в атмосферу танца (т.к. он готов все принимать, но не знает, что дальше с этим делать), его обязательно нужно хвалить, ставить в пример. Важно уловить момент "пресыщения" и в это время или позволить ему пассивно передвигаться в кругу, или сказать: "Ты устал, посиди немного». Через какое-то время можно снова ввести его в танец. Постепенно момент пресыщения будет оттягиваться по времени от начала занятий.

## **1 Модуль - РИТМИКА**

### **1. Теория дисциплины**

1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато.
2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

### **2. Музыкально-ритмические игры.**

#### 1. Упражнения, игры.

- Сильные доли и такт:

Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).

- Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер:

Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.

#### 2. Упражнения, игры и фразировка.

- Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
- Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
- Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):

#### 3. Упражнения, игры и темп.

- Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы:
- Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки:

- Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением:
  - Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе:
4. Упражнения, игры и динамика.
    - Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением:
    - Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением:
  5. Упражнения, игры и характер музыкального произведения.
    - Соотношение характеров музыки и движения:

### **3. Упражнение на середине зала:**

1. «Приветствие» темп 4/4.
2. Упражнение «Часики» темп 2/2
3. Упражнение: «Кузнечик» темп 4\4
4. Упражнение «Бабочки»
5. Упражнение «Лыжи»
6. Упражнение: «Пальчики»
7. Упражнение «Корзиночка»
8. Упражнение «Дельфин»
9. «Колечко» – упражнение для мышц спины. Музыкальный размер 4/4.

**Элементы акробатики - (упражнения на гибкость и растяжку ног)** направлены на развитие физических качеств, повторение простейших двигательных действий, осваиваемых на занятиях. Для достижения высокого уровня подготовки воспитанников первостепенное значение имеет их хорошая двигательная подготовка, и прежде всего развитие у них силы, выносливости, быстроты, ловкости, а также смелости и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.

## **2 Модуль-Танцевальные игры.**

Заторможенный "спящий" ребенок, очень пассивный. Атмосфера танца способствует его пробуждению. Постепенно от пассивного передвижения он

переходит к активному ("всплески") и опять уходит в себя. Такого ребенка нужно постоянно одергивать, подталкивая нужную ногу или руку.

Комплекс танцевально – игровых упражнений:

Упражнение №1 - Игра «Зеркальный танец»

Цель: Разогреть тело, разбудить эмоции, снять мышечные зажимы и настроить на работу.

Музыка: любая ритмичная, темп средний.

Дети садятся на пол или на стулья, расположенные полукругом. Педагог сидит в центре зала и показывает разные движения для всех частей тела, давая установку: «танцует правая нога», «танцует левая нога», «смотрим по сторонам» (упражнение для головы), «удивляемся» (упражнение для плеч), «ловим комара» (хлопок под коленом), «притаптываем землю» (притопы) и т.д. По команде «танцует всё» - в работу включаются все части тела (повторяется 3-4 раза).

Игра проводится в начале занятия и является частью ритмической гимнастики в танцевально-игровом тренинге.

Упражнение №2 - Игра «Цепочка»

Цель: Исследовать возможность вхождения в контакт и взаимодействие в группе.

Музыка: ритмичная, темп умеренно-быстрый

Дети становятся в колонну и двигаются змейкой. Их руки находятся в постоянном сцеплении, которое по команде ведущего принимает разные формы: руки на плечи, на пояс, накрест, за руки, под руки и т. д.

При этом ведущий меняет предлагаемые обстоятельства: «двигаемся по узкой тропинке на носочках», «идем по болоту - ступаем осторожно», «перешагиваем лужи» и др.

Упражнение №3 - Игра «Матросы»

Цель: Развить координацию, снять напряжение, отработка движений.

Музыка: мелодия «Яблочко», темп умеренно-быстрый.

Игра построена на основных движения танца «Яблочко». Все строятся в две шеренги.

1 этап: Педагог дает команду и показывает, что нужно делать, участники повторяют:

«маршируем» (марш на месте с высокоподнятым коленом);

«смотрим вдаль» (наклоны в стороны, кисти рук изображают бинокль);

«тянем канат» (на «раз, два» - выпад на правую ногу в сторону, руки изображают захват каната, на «три, четыре» – переносим тяжесть тела на левую ногу и тянем к себе канат);

«лезем на мачту» (подскоки на месте, руки имитируют подъем по веревочной лестнице);

«смирно!» (подъем на полупальцы: вверх, вниз, правая рука к виску).

2 этап: Педагог вразброс дает команды, дети самостоятельно выполняют.

#### Упражнение № 4 - Игра «Танец аборигенов»

Цель: стимулировать творческое самовыражение, высвобождение чувств, повысить самооценку, развить танцевально-экспрессивные возможности.

Музыка: Афро-джаз. Темп быстрый.

Все становятся в круг.

1 этап. Педагог показывает базовые движения африканских танцев, дети пытаются повторить.

2 этап. Каждый ребенок, по очереди солирует в кругу с воображаемым копьем или бубном. Группа продолжает двигаться на месте. Каждый солист получает в подарок аплодисменты.

#### Упражнение №5 - Игра «Паруса»

Цель: Снизить эмоциональное возбуждение, восстановить дыхание, помочь ориентации в пространстве и развить умение чувствовать себя частью единого целого.

Музыка: спокойная инструментальная. Темп медленный.

Это упражнение на напряжение и расслабление.

Дети строятся в форме клина, изображая парусный корабль.

1 этап. По команде учителя: «поднять паруса», все поднимают руки в стороны, слегка отводя их назад, и замирают, стоя на полупальцах.

2 этап. По команде учителя: «спустить паруса» - опускают руки, приседая вниз.

3 этап. По команде: «попутный ветер» - группа двигается вперед, сохраняя форму клина корабля.

4 этап. По команде: «полный штиль» - все останавливаются.

Повторить 3-4 раза.

#### Упражнение №6 - Игра «Переправа»

Цель: Осознать свои танцевальные возможности, развить умение импровизировать, стимулировать творческое самовыражение.

Музыка: разные стили по ритму и темпу («барыня», «вальс», «реп», «латина», «полька», «джаз», и т.д.).

Дети располагаются на одной стороне зала.

Задача: переправится на другую сторону по одному человеку.

Каждый ребенок должен постараться придумать свой способ перемещения, используя свои танцевальные знания (различные шаги, прыжки, бег и т.д.)

После того как, все дети оказались на другой стороне зала, упражнение повторяется еще раз под другую музыку.

#### Упражнение №7 - Игра «Невесомость»

Цель: помочь ориентации в пространстве, исследовать возможность самопонимания и самосознания в предлагаемых обстоятельствах, развить групповое взаимопонимание и взаимодействие.

Музыка: спокойная «космическая», темп медленный.

1 вариант: Дети хаотично располагаются по залу и медленно перемещаются, изображая состояние невесомости.

2 вариант: Дети располагаются по кругу и изображают игру в волейбол в невесомости, посылая друг другу импульсы взглядом и медленными жестами во время «передачи мяча».

Педагог становится равноправным участником игры. И собственным примером.

#### Упражнение № 8 - Игра «Костер»

Цель: Стимулировать общение в парах, развить способность взаимопонимания и вхождения в контакт с партнером по танцу, расширить танцевально - экспрессивный репертуар.

Музыка: энергичная, темпераментная музыка разных стилей и жанров.

Темп: быстрый или умеренно - быстрый.

Группа образует круг. Все садятся на пол, поджимая колени «по-турецки». Двое детей, у каждого из которых, в руках находится красный платок, выходят в центр и импровизируя в дуэтом танце, вступая по желанию во взаимодействие, изображают пламя костра.

По сигналу учителя «языки пламени» (платки) передаются следующим участникам, и теперь они поддерживают костер, стараясь проявить фантазию и исполнить свой «танец огня», не похожий на предыдущий. Игра продолжается до тех пор, пока все не побывают в кругу.

#### Упражнение № 9 - Игра «Трансформер»

Цель: побудить участников к взаимодействию и взаимопониманию, развить чувство ориентации в пространстве.

Музыка: в качестве музыкального сопровождения игры используется ритм.

Педагог дает команды: построится в колонну, шеренгу, диагональ; сделать круг широкий, круг плотный, два круга, три круга; сделать круг в круге; встать по парам; встать по тройкам и т.д..

Таким образом, группа трансформируется, принимая различные фигуры и положения. При этом можно усложнить задание и перестраиваться маршем, подскоками, прыжками, кошачьим шагом и другими движениями. Выполняя задания за установленный промежуток времени (счет до пяти или до десяти).

### Упражнение № 10 - Игра «Лебединое озеро»

Цель: Осознать свои танцевальные особенности и возможность самовыражения, развить умение импровизировать.

Музыка: различные вальсы, темп средний или умеренно-быстрый.

Дети располагаются по всему залу, принимая статичное положение (стоят, сложив «крылья» или приседают на корточки).

Педагог (в роли феи или волшебницы) поочередно дотрагивается волшебной палочкой до детей, каждый из которых исполняет сольный танец лебедя. При повторном касании «лебедь» замирает.

Отличительной особенностью программы является то, что группы комплектуются детьми с ЗПР. При этом маршрут обучения детей будет строго индивидуальным в зависимости от конкретного ребенка. Некоторые из них пройти программу за тот же срок, у других маршрут будет значительно длиннее. Программа вариативна и может быть подстроена под индивидуальные особенности ребенка, при этом, несмотря на свою особую скорость прохождения программы, ребенок будет чувствовать себя комфортно в объединении «хореография».

В основу программы положены следующие педагогические принципы:

Принцип гуманизации и демократизации педагогических отношений - личностные отношения являются важнейшим фактором, определяющим результаты учебно-воспитательного процесса и включающими сотрудничество, мастерство общения.

Принцип интенсивного восприятия - предполагает максимальное использование различных сенсорных каналов и разнообразных их сочетаний.

Принцип открытого общения - способствует формированию доверительных отношений, располагает к высказыванию собственных чувств, позволяет вовлечь в дискуссию, помогает созданию ситуации успеха.

Принцип психологической комфортности, предполагающий охрану и укрепление психологического здоровья ребенка.

В России проживает много тяжелых инвалидов, которые находятся практически в полной изоляции, проживая в семьях или домах для престарелых и инвалидов. Чтобы выйти из этой ситуации им необходимо участие многих неравнодушных людей, которые способны создать условия для их деятельности, общения, познания, творчества. Важно, чтобы люди с инвалидностью могли реализовывать те способности, таланты, которые у них имеются, быть в кругу интересных людей и могли заниматься своим развитием. Танец в этом плане является прекрасным средством, который может объединить людей с самыми разными способностями и потребностями, создав надежную основу для дружбы и длительного сотрудничества. Чтобы

стал возможен выход из социальной изоляции посредством танца, необходимо участие хореографов, танцоров, педагогов, ведущих активную творческую жизнь в «большом мире». Танцевальные занятия должны быть организованы не как разовое мероприятие, а как система занятий, которая позволит людям с ограниченными возможностями здоровья получать новые впечатления, расширять круг друзей, постоянно развиваться. В определенный момент, накопленные социальные связи дают людям с инвалидностью дополнительные возможности для получения образования, трудоустройства, создания семьи – что необходимо для формирования их жизненной устойчивости.

Очевидно, что танцевальная реабилитация как одно из направлений социально-культурной работы с инвалидами, оказывает мощное терапевтическое и эмоциональное воздействие на людей с ограниченными возможностями здоровья, помогает сформировать благоприятное социальное окружение вокруг них.

Для всех детей с ограниченными возможностями здоровья важно, что на занятиях танцами они учатся лучше осознавать свое тело и управлять им.

Данная программа рассчитана на детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в дошкольном возрасте-5-6 лет.

В данной программе танец рассматривается как средство преодоления трудностей, связанных с ограничениями здоровья.

### **Список используемой литературы:**

1. Аверина И. Е. «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ» М. «Айрис - пресс» 2005 г.
2. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях» Киев 1985 г.
3. Ветлугина Н. А. «Эстетическое воспитание в детском саду» М. «Просвещение» 1985 г.
4. Захаров Р. «Сочинение танца» М. «Искусство» 1983 г.
- 5 <https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-tancam-dlya-obuchayuschih-sya-s-ovz-3118935.html>
6. [http://www.ddtgshum.edu21.cap.ru/Home/4975/baner\\_inkl\\_obr/programmi/kalinka\\_in.pdf](http://www.ddtgshum.edu21.cap.ru/Home/4975/baner_inkl_obr/programmi/kalinka_in.pdf)

## Приложение

### Календарно-тематический план

№	Темы	Часы	Месяц
1.	Вводное занятие, изучение техники безопасности	2	С
2.	-Музыкально-ритмические игры. - Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер:	3	Е
3.	Упражнения на укрепление осанки.	4	Н
4.	Разминка на середине зала.	4	Т
5.	Игра-кто самый внимательный (повторить хлопки педагога).	4	Я
		16	Б
			Р
			ь
1.	Разминка на середине зала-растяжка ног, корпуса, упражнения По-диагонали-броски ног, галоп	4	О
2.	Навыки актерского мастерства, импровизация, повышение позитивного настроения.	2	К
3.	Беседа на тему <b>«понятие хореографии как искусства»</b>	2	Т
4.	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	4	Я
5.	Упражнение для выворотности стопы	2	Б
6.	Индивидуальная работа.	2	Р
		16	ь
1.	Разминка на середине зала: упр «Бабочка», «Лягушка»	2	
2.	Беседа на тему : «Внешний вид и моральный облик спортсмена».	1	Н
3.	Разучивание упражнений ля укрепления осанки: упр. «Дельфин», «Кошечка»	4	О
4.	<b>Беседа на тему: «Великие хореографы и танцоры</b>		Я
4.	Игра на перестроение в хореографическом зале.	4	Б
5.	Индивидуальная работа.	4	Р
			ь

		16	
1.	Экзерсиз на середине зала.	2	Д
2.	Работа над носочками.	2	Е
3.	Разучивание шагов, подскоков, голопа.	4	К
4.	Выступление на новогодних мероприятиях.	2	А
5.	Зачет полугодовой	2	Б
6.	<b>Открытое занятие для родителей.</b>	4	Р
		16	Б
1.	Разминка на середине зала-растяжка ног, корпуса.	4	Я
2.	Инструктаж по технике безопасности.	2	Н
3.	Разучивание танцевальных движений.	7	В
4.	Беседа на тему « На всё нужна сноровка» о курьезах на сцене	3	А
		16	Р
			Б
1.	Разминка на середине зала- Упражнение для подъема стопы Упражнение для выворотности стопы	2	Ф
2.	Навыки актёрского мастерства-игра с лицом в танце.	2	Е
3.	Построения и перестроение в пространстве сцены.	4	В
4.	Отработка синхронности в новом танце, отработка движений.	4	Р
5.	Индивидуальная работа.	4	А
		16	Л
			Б
1.	Разминка - Экзерсиз на середине зала-растяжка ног. - Растяжка ног.	2	М
2.	Беседа на тему: «Гигиена танцора»	2	А
3.	Танцевально-образные движения	2	Р
4.		2	Т

5.	<p>Отработка танцевальных композиций- работа над синхронностью, актерским мастерством</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>2 4  14</p>	
<p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p> <p>4.</p> <p>5.</p>	<p>Разминка: -Разминка на середине зала-растяжка ног. - Экзерсис у станка: деми плие, гранд плие.</p> <p>Разучивание комбинаций для постановки танцевальных номеров: -- основные шаги, ходы, постановка корпуса в танце. - элементы народного танца - положение корпуса в танце.</p> <p>Совершенствование танцевальных элементов.</p> <p>Просмотр видеокассет других коллективов</p> <p>Индивидуальная работа.</p>	<p>4  3  5  3  4  18</p>	<p>А П Р Е Л Ь</p>
<p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p>	<p>Разминка: -Разминка по-диагонали -Разминка на середине зала-растяжка ног.</p> <p>Закрепление танцевальных элементов.</p> <p>Подготовка номеров и выступления на концерте.</p>	<p>6 5 5  16</p>	<p>М А Й</p>

1.	Индивидуальная работа	2	А
2.	Отработка танцевальных движений	6	В
3.	Выступление на концерте	2	Г
		10	У
			С
			Т
		<b>154</b>	