Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 37
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Принята решением
Педагогического совета
Протокол от 31.08.2026 № 1

Утверждена приказом директора
ГБОУ школы № 37
Фрунзенского района
Санкт-Петербурга
от 01.09.2026 № 80/8 - ОД

Директор: _____
Орлова О.А.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмопластика. Ритмика и танец»

для обучающихся с нарушением интеллекта
7-12 лет
Срок реализации: 1 учебный год

Разработчик:
Афанасова Полина Дмитриевна
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2026

Содержание

Пояснительная записка.....3
Цель и задачи программы.....3
Адресат программы.....4
Условия реализации программы.....4
2. Планируемые результаты.....5
3. Календарный учебный график.....6
4. Содержание программы.....7
5. Оценочные и методические материалы……..……..…8

Пояснительная записка

Направленность программы – художественная

Актуальность программы

Актуальность программы связана с тем, что деятельность кружка «Ритмопластика. Ритмика и танец» открывает большие возможности для духовного, эстетического и художественного воспитания детей с нарушением интеллекта.

Процесс подготовки танцевальных этюдов и танцевальных номеров формирует у детей исполнительские умения и навыки в различных жанрах и направлениях танцевального творчества, знакомит с сущностью, выразительностью и содержательностью исполнительского искусства, способствует выявлении творческого потенциала и индивидуальности каждого учащегося, включая в работу физический, интеллектуальный и эмоциональный аппарат учащегося. Учащиеся должны получить возможность раскрыть заложенные в каждом творческие задатки и реализовать их в соответствующем репертуаре за период обучения.

Программа «Ритмопластика. Ритмика и танец» направлена на приобретение обучающимися первичных умений исполнения танцевального репертуара, на выступлениях в рамках культурных мероприятий школы.

Отличительная особенность АДОП «Ритмопластика. Ритмика и танец»

Отличительная особенность АДОП в том, что она разработана с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с нарушением интеллекта в адаптации содержания программного материала для освоения ребенком с ОВЗ. Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

Ее отличительными особенностями является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Цель и задачи программы.

Цель: создание благоприятных условий для удовлетворения индивидуальных образовательных потребностей и интересов обучающихся с нарушением интеллекта, формирования творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства.

Задачи:

Обучающие:

-Знакомить с основами знаний в области танца

Развивающие:

-Развивать пластичность

-Развивать пространственное и образное мышление;

-Формировать умение анализировать, обобщать, сравнивать;

-Развивать эмоциональность и образность в танце

Воспитывающие:

-Воспитание личностных качеств: трудолюбия, настойчивости,
аккуратности, усидчивости;

-Развитие культуры межличностного общения, умения работать в коллективе;

-Воспитывать эстетический вкус.

Адресат программы

Программа предназначена для детей с нарушением интеллекта, которая рассматривается и составляется каждый год.

Условия набора: принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью, по желанию на основании заявления родителей.

Количество обучающихся в группе до 12 человек.

1. Условия реализации программы

Условия набора и формирования групп.

Прием на обучение осуществляется на основе заявления родителей (законных представителей). Занятия по данной программе начинаются с издания директором приказа о зачислении ребенка на данную программу.

Материально-техническое обеспечение.

Для организации занятий необходимы следующие условия: зал ЛФК, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами. Музыкальный центр; Колонки; Микшерский пульт; Аудио и видеотека; Костюмерная.

Особенности организации образовательного процесса, формы занятий.

АДОП «Ритмопластика. Ритмика и танец» составлена для учащихся разновозрастных групп:

1 группа – обучающиеся школы (1-6 классы классы)

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Чтобы занятия не утомляли, педагогом подобраны интересные формы работы со школьниками.

В ходе работы на занятии педагог ориентируется на психологические особенности несовершеннолетних, проявляет индивидуальный подход к каждому учащемуся. Педагог на занятии выступает не только как носитель знания, но и как помощник в становлении личности учащегося.

Формы организации программы*:* групповые, подгрупповые, индивидуальные.

Формы учебных занятий:

Занятие-беседа - изложение теоретических сведений, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями.

Практическое занятие - освоение музыкально-ритмических движений, разучивание отдельных элементов музыкально-ритмических движений

Занятие - постановка, репетиция, на которой отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.

Занятие-концерт - заключительное занятие, завершающее тему. Проводится для детей, педагогов, гостей.

Спортивные игры и упражнения включаются как часть занятия или выступления. Так же как самостоятельное занятие.

Обучение танцевальным движениям осуществляется в тесном сочетании с музыкально-игровыми формами обучения.

Принципы обучения: единство обучения и воспитания, сотрудничество педагога и обучающихся.

Кадровое обеспечение программы: занятия по программе проводит педагог дополнительного образования с привлечением к работе воспитателей групп, педагогов дополнительного образования и других специалистов образовательного учреждения (по необходимости).

Планируемые результаты

Будут знать	Будут уметь
• Санитарно-гигиенические требования к занятиям; • правильно держать осанку; • правильно выполнять позиции рук и ног; • правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений; • исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды; • выполнять передвижения в пространстве зала; • выразительно исполнять танцевальные движения.	• Использовать самоконтроль за состоянием здоровья, • использовать основы танцевальных движений в быту, • различать особенности маршевой, вальсовой, народной музыки. • выполнять элементы классического, бального, народного танца, • выполнять упражнения партерной гимнастики, • эмоционально воспринимать хореографическое искусство, • знать движения музыкально-ритмических игр, • использовать опыт концертного выступления.

Результаты освоения **АДОП «Ритмопластика. Ритмика и танец»** представлены в виде целевых ориентиров, которые базируются на задачах данной программы. В результате освоения данной программы происходит формирование интереса у ребенка к систематическим занятиям ритмопластикой, формируется установка на освоение общекультурных ценностей, укрепление здоровья и культурное развитие в условиях физической активности.

К целевым ориентирам относятся следующие социально-нормативные характеристики возможных достижений ребенка: - ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность; - ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности; ребенок умеет подчиняться правилам и нормам; он подвижен, выносливый, владеет основными движениями, может контролировать свои движениями и управлять ими; - ребенок способен к волевым усилиям , может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности.

Личностные результаты

- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию;
- Развитие самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;
- Мотивация детей к познанию;
- Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе разных видов деятельности.

Метапредметные результаты

- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- Овладение различными способами поиска информации в соответствии с поставленными задачами;
- Готовность слушать собеседника и вести диалог;
- Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.
- Развитие танцевальных способностей (координация, импровизация), а также образного и ассоциативного мышления, фантазии и творческого воображения, эмоционально-ценностного отношения к явлениям жизни и искусства на основе восприятия и анализа художественных образов.

Сроки реализации программы

Процесс обучения рассчитан на 1 год.
1 группа (1-6 классы) 108 часов в год.
Занятия проходят 2 раза в неделю.

Занятия не проводятся в каникулярное время.

2. Календарный учебный график

1 группа					
Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
2026-2027	01.09.2026	26.05.2027	36	108	Занятия проходят 2 раза в неделю - по 2 академических часа (с 10 минутным перерывом)

Учебный план
1 группа

№п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	Журнал посещения, участие в общешкольных и внешкольных мероприятиях художественного творчества; Опрос Самоанализ Коллективная рефлексия
1.	Ритмопластика (разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве)	15	2	13	
2.	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	20	2	18	
3.	Театральная игра	16	2	14	
4.	Разучивание танца (композиция)	25	1	24	
5.	Игровой танец	15	1	14	
6.	Музыкально – двигательный этюд	13	2	11	
7.	Организация мини-концертов	4	0	4	
8.	Итого	108	10	98	

Содержание программы.

игроритмика;
танцевально-ритмическая гимнастика;
пальчиковая гимнастика;
строевые упражнения;
музыкально-подвижные игры;
креативная гимнастика;
элементы хореографии;
образно-игровые движения (упражнения с превращениями);
«Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

«Танцевально – ритмическая гимнастика». Здесь представлены образно-танцевальные

композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов.

«Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают мир внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами. Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.

«Строевые упражнения» являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

«Музыкально-подвижные игры» содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике.

«Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим играм создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

«Элементы хореографии». Они используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений.

«Образно-игровые упражнения» представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д. Для детей среднего дошкольного возраста предлагается следующая последовательность использования образов:

знакомые детям животные и птицы;
интересные предметы;
растения и явления природы;
люди, профессии.

Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы "Ритмопластика" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.
Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: отчетных и тематических концертах.
Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени,

предусмотренного на учебный предмет.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

Программа «Ритмопластика» предлагает примерный репертуар хореографических постановок. Каждое образовательное учреждение имеет танцевальные номера, составляющие основу репертуара данного учреждения. Отбор танцев из общего репертуара должен проводиться в соответствии с учебной программой Школы.

Занятия на каждом году обучения строятся по следующей схеме:

- вводное слово преподавателя;
- слушание музыки и ее анализ;
- разучивание элементов танца, поз, переходов и рисунка танца.

Вводное слово преподавателя. Перед разучиванием нового танца преподаватель сообщает о нем некоторые сведения: история возникновения, характерные особенности музыки и хореографии. Если танец построен на элементах народной стилизации, необходимо рассказать о характерных чертах данного народа, при разучивании фрагмента из классической хореографии – дается информация о стиле исполнения, характерном для этого направления.

Слушание музыки и ее анализ. Преподаватель предлагает прослушать музыку к танцу, определить ее характер, темп, музыкальный размер и т.д.

Следующий этап – разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца. При разучивании движений с учащимися хорошие результаты дает метод, при котором ученики повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога, а затем исполняют их самостоятельно. Для разучивания особенно сложных движений может быть применено временное упрощение. Затем движения постепенно усложняются, приближаясь к законченной форме. Когда основные движения, позы, рисунок изучены, необходимо приступать к соединению их в танцевальные комбинации.

Любой танец эмоционально окрашен. В любом танце утверждаются определенные черты характера, определенные взаимоотношения между исполнителями. Работа над танцевальным образом начинается со слушания музыки и происходит постепенно и неотрывно по отработке движений.

При организации образовательного процесса используются методы: наблюдение, убеждение, стимулирование, создание ситуации успеха для каждого учащегося.

Основой для совершенствования движений и воспитания у детей необходимых двигательных навыков является восприятие музыки. Подбор музыкального материала для ведения занятий играет большую роль.

Словесное объяснение преподавателя используется на занятиях и включает в себя основные рабочие и профессиональные термины, точные определения.

Показ движений применяется педагогом для передачи ученикам характера движений. Показ помогает ученикам выразительнее, эмоциональнее и технически правильно исполнить любое движение, упражнение, танцевальные комбинации.

Для изучения или закрепления новых, сложных или трудных движений танца используется прием выполнения упражнений детьми по очереди с последующим анализом результатов педагогом или самими обучающимися (сравнение, выявление удачи ошибок), показ элементов движений педагогом или учащимися, усвоившими разучиваемое движение.

Все замечания по ходу занятия делаются в спокойной требовательной, но доброжелательной форме, без намека на унижение личности ребенка, с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых незначительных успехов обучающегося.

Оценочные и методические материалы

Оценка качества реализации программы включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Входной контроль проводится в начале учебного года. Отслеживается уровень подготовленности обучающихся. Проводится в форме собеседования и выполнения практических заданий. После анализа результатов первоначального контроля проводится корректировка тематических планов, пересматриваются учебные задания, если это необходимо.

Текущий контроль проводится на каждом занятии. В процессе его проведения выявляется степень усвоения обучающимися нового материала и проявления творческой активности каждого ребенка. Формы проведения: опрос обучающихся, собеседование с ними, наблюдения во время выполнения практических заданий, просмотр и оценка выполненных работ.

Тематический (контроль) проводится для оценки качества усвоения учащимися конкретного раздела программы и проводится по окончанию их изучения в соответствии с требованиями данной образовательной программы.

Формы текущего контроля: Метапредметные: Индивидуальный, групповой, фронтальный контроль (устный опрос, наблюдение во время выполнения практических заданий, просмотр и оценка выполненных работ и т.д.).

Предметные: Первичный – в сентябре, текущий – на каждом занятии, промежуточный – в мае в формах: − открытые занятия с участием родителей, − мастер-классы для родителей − презентация детских работ на сайте школы, участие в конкурсах и фестивалях.

Личностные: Индивидуальный контроль (наблюдение, беседа). Система определения результативности основана на компетентностном подходе, ориентирующем образовательный процесс на получение обучающимися результатов решения конкретных задач для достижения определенной компетентности в творческой деятельности и социальной адаптации.

Рост компетентности обучающихся в соответствии с планируемыми результатами и производится по итогам каждого полугодия и по завершению образовательной программы. Промежуточная аттестация проводится по окончании 1 года обучения, целью которого является выявление степени обученности, творческой активности детей, уровень социальной адаптации ребенка, корректировка тематических планов.

Промежуточная аттестация проводится на завершающих учебные чеверти занятиях в счет времени, предусмотренного на освоение АДОП, а также на отчетных концертах коллектива.

Аттестация по итогам освоения АДОП проводится в конце учебного года. Цель проведения – определение уровня достижения планируемых результатов каждым обучающимся. Данный вид аттестации может быть представлен в форме контрольного занятия, открытого занятий для родителей или представления творческого портфолио ребенка.

Описание «Мониторинга компетентностей обучающихся» (входная диагностика, промежуточная и итоговая аттестация) представлено в Приложении 1.

Оценочные материалы

В качестве достаточно точного критерия достижений обучающихся применяется оценка изменения (ведется мониторинг от начального среза до итогового).

Принципы мониторинга:

- оценивание – педагог не сравнивает обучающихся друг с другом, а сравнивает текущий уровень достижения самого обучающегося с первоначальным;
- обеспечивает обратную связь деятельности с ее результатом;
- оценивание вплетено в контекст деятельности педагога и обучающихся, так что в равной степени оценивает и развитие ребенка, и успешность деятельности педагога дополнительного образования;
- новый тип оценивания ускоренно формирует мощную мотивацию саморазвития, самосовершенствования.

Используются следующие подходы к оцениванию индивидуальной динамики:

• Индивидуально-дифференцированный подход обеспечивает продвижение ребенка в овладении предусмотренной деятельностью, познавательном и речевом развитии.

• Здоровьесберегающий подход обеспечивает оптимальную работоспособность ребенка, повышение устойчивости к нагрузкам, психопрофилактику (психокоррекцию) эмоционально-поведенческих расстройств.

• Коммуникативный подход обеспечивает создание психологической готовности к взаимодействию со сверстниками и взрослыми, особый контроль за овладением средствами речевой коммуникации в деятельности.

Оценивание происходит в процессе участия детей с интеллектуальными нарушениями в мероприятиях различного уровня (как учебного характера, так и воспитательного).

Диагностика помогает выявить особенности детей и наиболее эффективно подобрать методы и виды работы с детьми, учитывая их индивидуальные особенности.

Диагностический инструментарий может включать в себя: наблюдение, контрольное упражнение, зачетное занятие, конкурс.

Результаты освоения содержания программы оцениваются по двум уровням: продвинутый и стартовый.

Диагностика предметных компетенций обучающихся

	Критерии	Продвинутый уровень	Стартовый уровень
1.	Исполнение хореографических элементов	Чёткое выполнение танцевальных элементов, хорошо запоминает танцевальные связки, слышит музыку, артистично и эмоционально исполняет танцевальную композицию.	Не чётко воспроизводит элементы танца, исполняет танцевальную композицию не в соответствии с музыкальным сопровождением
2.	Артистизм и эмоциональная выразительность	Эмоционально и артистично исполняет танцевальную композицию, эмоционально передает настроение и характер танца	Не всегда эмоционален, не всегда артистичен, механическое исполнение танцевальной композиции
3.	Готовность обучающегося к творческой деятельности	Ярко выражено стремление заниматься творческой самостоятельной деятельностью.	Стремление заниматься творческой самостоятельной деятельностью проявляется не всегда

Помимо оценки уровня освоения обучающимися программного материала (предметные компетенции) оценивается личностный уровень развития детей.

Диагностика личностных качеств обучающихся

	Критерии	Продвинутый уровень	Стартовый уровень
1.	Уровень воспитанности	Старателен, охотно помогает товарищам; выполняет поручения педагога с желанием соблюдает правила поведения в объединении, побуждает к хорошему	Не всегда старание, не проявляет инициативы в помощи товарищам, поручения педагога выполняет не всегда. Систематически требуется контроль со стороны педагога.
2.	Уровень коммуникативной культуры	Развита потребность в общении со взрослыми и сверстниками; сформированы навыки и умения	Недостаточно развита потребность в общении со взрослыми и сверстниками; не

		практического владения выразительными средствами общения (мимика, жесты и т.д.); сформировано доверие к собеседнику.	в полном объеме сформированы навыки владения выразительными средствами общения; настороженно
3.	Уровень мотивации	Интерес к занятиям постоянный, на уровне увлечения. Ребенок активен, инициативен.	Мотивация к деятельности неустойчива, связана с результативной стороной процесса

Диагностика предметных компетенций и личностного развития ребенка проводится по общепризнанной форме в учреждении, по уровневой оценке, и заносится педагогом в диагностическую карту «Мониторинг компетенций обучающихся» (Приложение 2 к Программе).
Одним из важных показателей результативности деятельности объединения является показатель сохранности контингента и удовлетворенности населения качеством предоставляемых образовательных услуг.
Главное требование к проведению итоговых контрольных мероприятий – желание обучающихся в них участвовать и выполнять их.

Методические материалы.

Для достижения конкретных целей программой предусматривается использование конкретных методических приемов:

• сознательно-целенаправленная деятельность: обучающийся должен быть подведен к тому, чтобы ясно, быстро осознавать задачу и направить свои эмоции, творческие способности, внимание на точное выполнение задач; • сочетание восприятия и созидания на занятии (теория и практика): возможны изменения пропорций времени на восприятие и созидание от занятия к занятию, в зависимости от условий проведения занятий;

• восприятие и анализ работы обучающихся на занятиях. Программа предполагает использование групповой и индивидуальной педагогических форм организации образовательного процесса. Групповая форма является основной для проведения занятий, поскольку именно групповая форма способствует организации совместных действий, выстраиванию коммуникации, способствует формированию навыков взаимопомощи.

Помимо этого, в группе обучающихся можно наблюдать феномен «эмоционального заражения», приобретение навыков по подражанию сверстникам происходит гораздо быстрее.

Индивидуальная форма работы используется во время отработки танцевальных навыков, чтобы педагог мог проработать с каждым обучающимся с интеллектуальными нарушениями танцевальные элементы и связки.

Для успешной работы с обучающимися используются следующие методы работы:

1. Метод танцевального показа – это такой способ обучения, при котором педагог демонстрирует танцевальную композицию, отдельные фигуры и элементы, и соответственно анализирую их. Наглядно-образные представления, получаемые обучающимися, помогают в обучении. Кроме того, педагог может мотивировать обучающихся привлечением их к показу танцевальных элементов перед своей группой, расстановкой обучающихся по линиям (для тех, кто активно работает на занятиях, возможно расположение их в первой линии).

2. Метод устного изложения учебного материала. Показывая и разъясняя те или иные танцевальные композиции, педагог помогает детям понять характер танцевальной лексики и особенности танцевальной музыки. Для обучающихся с интеллектуальными нарушениями характерно наличие кратковременной памяти, поэтому многократный повтор задания в определенном темпе, простыми синтаксическими конструкциями (односложными предложениями) с выделением адресата общения повышает эффективность восприятия и повышает качество выполнения задания (Например, «Маша, выйди вперед. Покажи, как ты делаешь «Черепашку»).

Наряду с нормотипичными обучающимися, быть замеченным педагогом и получить похвалу, хотят и особенные обучающиеся.

3. Метод танцевально-практических действий. Рассмотренные методы и приемы наглядного обучения и устного изложения материала органически сочетаются с методом танцевально-практических действий. Поскольку постановочная работа чаще всего преимущественно строится как практическое занятие по разучиванию танца и закреплению навыков, то программа носит в большей степени практико-ориентированную направленность.

Программой предусмотрено проведение следующих хореографических упражнений и заданий:

- Тренировочные упражнения – это планомерно повторное выполнение танцевальных движений, которые обучающиеся под руководством педагога осуществляют каждое занятие.

Импровизационные задания – это задания, с помощью которых обучающиеся воспроизводят танцевальную лексику с целью дальнейшего ее закрепления, в которых вырабатывают танцевальные умения и навыки.

4. Практический метод – программой предусмотрено проведение открытых занятий для родителей, чтобы обучающиеся постепенно учились преодолевать страх публичного выступления на сцене.

5. Игровой метод. В каждое занятие включается специальная работа по коррекции функции равновесия, укреплению мышц, формирующих правильную осанку, и мышц свода стоп (предупреждение и коррекция плоскостопия), развитию дыхательной мускулатуры и нормализации двигательной активности.

6. Метод индивидуального подхода к каждому ребенку, так как у одних обучающихся с интеллектуальными нарушениями может преобладать разный уровень развития техники исполнения. При оценке их деятельности необходимо поощрять свободу самовыражения, приветствовать нестандартные подходы к решению творческих задач.

Педагог целенаправленно дает обучающимся предоставляется возможность ознакомления с музыкальным материалом. Дети по возможности выражают свои эмоции от услышанного, фантазируют о том, что они могли бы выразить в танце под эту музыку.

Можно выделить поэтапность в освоении материала программы. Так, на первоначальном этапе обучающиеся учатся видеть и слышать педагога, сосредотачивать внимание на выполнении заданий. На втором этапе начинается планомерная работа по освоению хореографических движений.

Обучающиеся с интеллектуальными нарушениями знакомятся не только с элементами классического танца, но и знакомятся с движениями историко-бытового, народного и бального танцев. В силу своих возможностей они осваивают и исполняют изученный материал.

Танцевальные упражнения различных направлений способствуют развитию и укреплению организма, развивают координацию, помогают найти новые способы общения и раскрыть в себе новые возможности.

Большое внимание уделяется занятиям, на которых особенным детям предоставляется возможность импровизировать. Такие уроки, как правило, вдохновляют учащихся, и они старательно вспоминают и воспроизводят весь изученный материал, и даже пытаются на его основе создать свой собственный танец. В результате дети учатся анализировать полученные знания, синтезировать их.

Коррекционная хореография – педагогический метод работы с особенными детьми. Несомненно, что у данного направления есть большой потенциал для помощи детям, которые ограничены в физическом развитии.

Танец способствует не только терапевтической динамике ребенка, но и формированию его как полноценной личности. Кроме того, проводятся комплексные игры различной подвижности и разной направленности, релаксационные упражнения, формирующие способности к снятию мышечного и эмоционального напряжения в конце занятия.

Формы организации учебного занятия:

Практическое занятие.

Учебные занятие, где дети на практике учатся чувствовать и слышать музыку. Овладение

искусством импровизации. Занятие-игра. В процессе игры обучающийся активно включается в деятельность, улучшается его позиция в коллективе. В АДОП «Ритмопластика. Ритмика и танец» предполагается использовать игровые технологии, выделяемые по игровой методике (сюжетные, ролевые) – это позволяет обучающемуся встать на место предлагаемого персонажа и выполнить работу с большей отдачей.

Праздник. Заключает в себе конкурсные мероприятие, мастер-классы.

Самостоятельная работа обучающихся: выполнение творческих заданий, просмотр видео.

В целях рациональной организации обучения применяются следующие методы: Словесные (рассказ, беседа, объяснение, диалог);

Наглядные (мультимедийные материалы, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом приемов исполнения);

Практические (работа по образцу, тренировочные упражнения, самостоятельная работа);

Игровые (игры на развитие воображения, развивающие кинезиологические упражнения, психогимнастика на развитие эмоциональной сферы (Приложение 3 к Программе).

Предпочтение отдаётся игровым, наглядным и практическим методам. Словесные же идут как дополнение к ним. Продолжительность каждого занятия до 40 минут в зависимости от состояния ребенка.

В процессе занятия педагог обязательно следит за самочувствием ребенка и учитывает его эмоциональное состояние, может полностью изменить составленный план занятия в силу неприемлемости ребенком на данный момент предлагаемых заданий, несмотря на то что ранее они вызывали у него интерес.

Ниже приведена примерная структура занятия.

Структура занятия:

1.Организационный момент. Педагогу необходимо придумать своеобразный «ритуал начала занятия», в ходе которого происходит налаживание эмоционального контакта с обучающимися, настрой на образовательную деятельность. Данный «ритуал» необходимо проводить систематически, чтобы у обучающихся с интеллектуальными нарушениями через некоторое время сложилось понимание и осознание того, что после проведения «ритуала» начинается занятие. Со временем «ритуал» будет проходить быстрее и не будет отнимать время от занятия. После этого проводится короткая беседа на тему занятия и прослушивание музыкальной композиции.

2.Обязательнм элементом занятия служит разминка. Это необходимо для того, чтобы обучающийся не только освоился в пространстве танцевального класса, но и поддерживал физическую форму. Кроме того, использование физических упражнений может и поднять общую активность ребенка, и снять его патологическое напряжение.

3.Игровые задания. Игровая форма проведения занятий должна выстраиваться в соответствии с состоянием эмоционально-личностной сферы ребенка. Игры, как правило, помогают создать и наладить между обучающимися коммуникацию. Педагогу необходимо предусмотреть смену видов деятельности в процессе одного занятия.

4.Показ педагогом комплексов упражнений. Поскольку основная часть информации воспринимается с помощью слуха и зрения, проблемы с этими органами чувств, которые наблюдаются у обучающихся с интеллектуальными нарушениями, также являются фактором, замедляющим обучение. Ребенку часто нужно по несколько раз повторять, причем короткими фразами.

5. Разучивание танцевальных комбинаций. При этом необходимо предусмотреть повторяемость программных задач на разном дидактическом и наглядном материале с постепенным усложнением форм работы. Новые навыки и понятия нужно многократно повторять, особенно, если они неинтересны, поэтому желательно обучение делать в игровой, но четкой форме, чтобы за игровым процессом не терялась суть понятия, которое нужно выучить; или же просто заинтересовать ребенка, ведь обучение можно проводить в унылой, а можно и в интересной форме.

6. Видеосъемка помогает фиксировать работу обучающихся на занятии. Педагог демонстрирует обучающимся видеозапись их работы, дети учатся видеть и оценивать себя со стороны. Кроме того,

данный материал может быть использован педагогом в качестве мониторинга достижений обучающихся.

7. Рефлексия – обязательный элемент занятия. Рефлексия – это размышление, самонаблюдение, самопознание, форма теоретической деятельности, направленная на осмысление своих действий.

При проведении рефлексии обучающихся с интеллектуальными нарушениями необходимо постепенно отходить от клише «понравилось» - «не понравилось». Обучающемуся можно предъявить ряд карточек с эмоциями, и попросить выбрать те, которые он реально испытал на занятии («грустно», «весело», «что узнал»). Можно использовать самые разнообразные формы и средства рефлексии: устное слово, движение, позу, цвет, линию, музыку, письменное слово (карточка с эмоцией – хорошо, плохо, весело, грустно) и многое-многое другое. Например, педагог может предъявить детям карточки из цветной бумаги или с изображением той или иной эмоции, а, может быть, с напечатанными словами.

Рефлексию также можно включать в разные этапы занятия, что обеспечит обратную связь с обучающимися. Главное правило – занятие должно проходить в доброжелательной, творческой атмосфере. Обучающемуся с интеллектуальными нарушениями необходимо создать пространство для его самовыражения, не устанавливая жестких рамок и правил, чтобы он мог высказать свои мысли вслух, не боясь критики. Структуру занятия необходимо адаптировать под интересы и индивидуальные особенности здоровья самого обучающегося. Необходимо поддерживать ребенка в поиске своих ответов на вопросы, а не предлагать стандартные решения; ценить его инициативу и мнение.

Список рекомендуемой методической литературы

1. С.С. Полятков «Основы современного танца»
2. В. Ю. Никитин «Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика.»
3. «Искусство современного танца»
4. В. Ю. Никитин «МОДЕРН-ДЖАЗ ТАНЕЦ. Этапы развития. Метод.Техника»
5. Н. Шереметьевская «Танец на эстраде»
6 Бебик М.А. Использование танце-двигательной терапии в решении проблемы самопринятия. М., МГУ, 1997, 100с.
7. Герасимова И.А. Философское понимание танца // Вопросы философии. 1998. N 4. С.50-63.
8. Гленн Вильсен. Психология артистической деятельности. Москва, Когито- центр, 2001.
9. Гренлюнд Э., Оганесян Н.Ю. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. СПб.: Речь, 2004, 219с.
10. Дункан А. Моя жизнь. Танец будущего. - М.: Книга, 2005 - 345с.
11. Захаров Р. Слово о танце. - М.: Молодая гвардия, 1989.
12. Каган М. С. Морфология искусства.-М.: Искусство, 2004 - 324с.
13. Козлов В.В., Гиршон А.Е., Веремеенко Н.И. Интегративная танцевально-двигательная терапия. М., 2005. 255 с.
14. Куракина С. Н. Феномен танца (социально-философский и культурологический анализ). Автореф. на соиск. учен. Степ. канд. философск. наук. - Ростов-на-Дону, 1994 - 70с.
15. Лабунская В.А., Шкурко Т.А. Развитие личности методом танцевально-экспрессивного тренинга // Психологический журнал. 1999. Т.20. №1. С.31-38.
16. Менегетти А. Музыка души. Введение в музыкотерапию. - СПб.: Европа, 2006 - 432с.
17. Никитин В.Н. Пластикодрама. Москва: Когито-центр, 2001. 56с.

18. Руднева С.Д., Пасынкова Н. Б. Опыт работы по развитию эстетической активности методом музыкального движения// Психологический журнал. -- 1992.-
№3-С. 84-92.
19. Старк А. и Хендрикс К. Танцевально-двигательная терапия. Пер. с англ. // Ярославль, 1994. 116с.
20. Танцевально-двигательная терапия //Журнал практического психолога. Специальный выпуск №3, 2005.
21. Фельденкрайз М. Искусство движения. Уроки мастера. Москва, ЭКСМО, 2003. 148с.
22. Фельденкрайз М. Осознавание через движение: 12 практических уроков. М.- СПб, 2000. 160с.
23. Фомин А.С. Танец: понятие, структура, функции. М.: Книга, 1990 32 с.
24. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. Спб: Речь, 2003. 192с.

Приложение № 1

Мониторинг компетентностей обучающихся.

Пояснительная записка.

С целью определения уровня освоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества образовательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения.

Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточная и аттестации по итогам освоения АДОП.

Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе и фиксируются в сводных таблицах.

Первичная диагностика.

Цель: определение общего уровня развития ребенка и его склонности к занятиям современными танцами.

Задачи:

• определение общего уровня развития ребенка;

• выявление природных способностей к современному танцу;

• выявление уровня информированности в области современных танцев;

• определение мотивации к занятиям.

Срок проведения: при поступлении в творческое объединение.

Форма проведения: собеседование, выполнение практического задания.

Содержание.

Теоретическая часть: ребенку предлагают ответить на следующие вопросы:

Нравится ли тебе танцевать?

Кто посоветовал заниматься современными танцами?

Имеется ли начальная хореографическая подготовка или подготовка другого вида (например, спортивная)?

Практическая часть: ребенку предлагают выполнить следующие задания: - упражнения на ритмичность; - упражнения на координацию; - упражнения на ориентировку в пространстве. Критерии оценки:

• Стартовый уровень (1 – 5 балла) – у ребенка не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень способностей к современным танцам, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые.

• Продвинутый уровень (6 – 10 баллов) – у ребенка развит музыкальный и ритмический слух, умеет концентрировать внимание, но координация движений развита хорошо. Проявляет интерес к танцам.

Промежуточная аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

• определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;

• определение уровня сформированности практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание. Теоретическая часть: • знание основных элементов ритмики; • знание основных позиций рук, ног классического танца; • знание правил поведения в танцевальном коллективе.

Практическая часть: • определение характера музыки, темпа; • воспроизведение на хлопках разнообразные ритмические рисунки; • исполнение комплекса упражнений для постановки корпуса, рук, ног и головы; • исполнение упражнений на умение держать осанку.

Критерии оценки:

• Стартовый уровень (1 – 5 балла) – ребенок не владеет теоретическими знаниями, не развит

музыкальный и ритмический слух, не знает основные позиции рук, ног, головы. Обучающийся замкнут, плохо идет на контакт с детьми, не хочет исправлять ошибки, не склонен проявлять фантазию, творческий подход, недостаточно хорошо ориентируется в пространстве танцевального класса.

• Продвинутый уровень (6 – 10 баллов) – ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, допускает небольшие неточности в исполнении движений, хорошо ориентируется в пространстве танцевального класса.

Аттестация по итогам освоения АДОП

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи: • определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами первого года обучения; • выявление уровня усвоения теоретических знаний; • определение уровня развития индивидуальных творческих способностей; • анализ полноты реализации программы второго года обучения.

Срок проведения: последняя неделя мая.

Форма проведения: контрольный урок. Содержание Практическая часть: • знание основных позиций рук, ног классического танца, положения корпуса; • различные типы шагов и виды бега (шаги с носочка, на пятках, бег на полупальцах, подскоки, галоп, прыжки); • упражнения на координацию. • исполнение простых танцевальных связок с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса; • исполнение развивающих игр-превращений, игр на ориентирование в пространстве; • умение правильно держать осанку.

Критерии оценки:

• Стартовый уровень (1 – 5 балла) – обучающийся допускает неточности в терминологии классического танца и исполнении простых танцевальных связок с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса. Обучающийся охотно идет на контакт с детьми, умеет слушать других, но не всегда проявляет фантазию и творческий подход.

• Продвинутый уровень (6 – 10 баллов) – обучающийся показывает достаточный уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой первого года обучения. Владеет терминологией, знает основные позиции рук, ног танца. Уверенно выполняет различные типы шагов и виды бега, упражнения на координацию и ориентировку в пространстве, простые танцевальные связки. Обучающийся охотно идет на контакт с детьми, легко общается, способен к сопереживанию и взаимопомощи, всегда проявляет фантазию, творческих подход.

Приложение № 2

МОНИТОРИНГ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

_____учебный год

педагог дополнительного образования (ФИО) _____

АДОП «Ритомпластика. Ритмика и танец» 1-й год обучения, группа____

I. Предметная компетентность

№ 1	ФИ обучающегося	Предметная компетентность			Уровень мотивации к предмету	Уровень достижений детей (кол-во)				итог
		Исполнение	Артистизм	Творчество		Всеросс.	Регион.	Муниципал.	Школьн.	
1										
2										
	Продвинутый									
	Стартовый									

II. Сфера личностного развития обучающегося

	ФИ обучающегося	Уровень воспитанности	**Уровень коммуникативной культуры**	**Уровень мотивации**	**Итоги (%)**
1					
2	**Продвинутый**	**%**	%		
	Стартовый	**%**	%		