

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ВЕЛИКОУСТЮГСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

Принято

*педагогическим советом
муниципального бюджетного
образовательного учреждения
дополнительного образования
«Центр дополнительного
образования»*

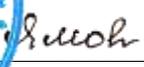
Протокол № 1 от 26.08.2022

Утверждено

*приказом директора муниципального
бюджетного образовательного
учреждения дополнительного
образования «Центр дополнительного
образования»*

Приказ № 57-ОД от 01.09.2022



Директор  Е.М. Ямова

**АДАптированная дополнительная
общЕобразовательная
общЕразвивающая программа социальнО-
гуманитарной направленности**

«Ритмика»

Возраст обучающихся - 8-17 лет

Срок обучения – 8 месяцев

Составил:

педагог дополнительного образования

Ноготысяя Арина

Алексеевна

г. Великий Устюг
Вологодская область
2022

Аннотация

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа для детей с ОВЗ «Ритмика»

Составитель программы:

педагог дополнительного образования – Ноготысяя Арина Алексеевна

Направленность: социально-гуманитарная

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

Возраст обучающихся: 8-17 лет.

Продолжительность реализации программы: 8 месяцев.

Режим занятий: Занятия проводятся 1 раза в неделю по 1 учебному часу, всего 32 часа.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования для детей с ОВЗ, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, эстетический вкус, нравственность, а так же приобщение к физической культуре и здоровому образу жизни; усиление эмоциональной отзывчивости и творческой активности; знакомство с танцевальной культурой, развитие образного мышления и воображения.

Форма организации процесса обучения:

Основной формой организации занятий является групповая работа. Количество обучающихся в группе – от 5 до 7 человек. Контингент - В объединение принимаются дети разных возрастов.

Краткое содержание:

Программа включает в себя знакомство обучающихся с современными видами танцев и историей танца. Программа имеет социально-гуманитарную направленность и создаёт условия, обеспечивающие социализацию обучающихся через развитие творческих способностей детей и подростков в области хореографии с учетом их возможностей.

I.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1.Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» имеет социально-гуманитарную направленность, так как направлена на социализацию детей с ограниченными возможностями здоровья. Занятия танцами развивают в ребенке, в первую очередь, хорошее владение собственным телом, что является одной из приоритетных задач для детей с ОВЗ. Одним из психолого-педагогических ресурсов социальной интеграции и социальной адаптации детей с ОВЗ в сообществе сверстников, развития детско-родительских отношений является дополнительное образование.

Дополнительное образование – это мир творчества, проявления и раскрытия каждым ребёнком своих интересов, своих увлечений, своего «Я». В дополнительном образовании создаётся своеобразная эмоционально наполненная среда увлечённых детей и педагогов, в которой осуществляется индивидуальный подход настроенных на успех романтиков, будущих специалистов в различных областях спорта, искусства, науки, техники.

Среди множеств форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Благодаря танцам, происходит активное общение сверстников, ведь из всех видов увлечений танец раскрывает непосредственность и искренность эмоционального порыва, что так немаловажно при современном отчуждении людей друг от друга. Неформальное общение в танце – наиболее доступная форма познания мира окружающих людей.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же

потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Новизна программы заключается в объединении как практических и теоретических основ изучения хореографии, так и различных направлений хореографии, что позволяет формировать физические данные детей, артистизм как взаимосвязанную целостность.

Актуальность программы

Танец - это разнообразные движения под музыкальное сопровождение. Занятия танцами развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.)

Охрана здоровья ребенка предполагает не только создание необходимых гигиенических и психологических условий для организации учебной деятельности, но и профилактику различных заболеваний, а также пропаганду здорового образа жизни.

Как показывают исследования, наиболее опасным фактором для здоровья человека является его образ жизни. Следовательно, если научить человека со школьных лет ответственно относиться к своему здоровью, то в будущем у него больше шансов жить, не болея. На сегодняшний день очень важно вводить вопросы здоровья в рамки учебных предметов. Это позволит не только углубить получаемые знания и осуществить межпредметные связи, но и показать ребенку, как соотносится изучаемый материал с повседневной жизнью, приучить его постоянно заботиться о своем здоровье. Сюда же можно отнести и профилактику детского травматизма, несчастных случаев, связанных с неправильным поведением ребенка в различных бытовых ситуациях.

Адресат программы – дети от 8 до 17 лет. Наполняемость группы от 5-7 человек, группы могут быть разновозрастными.

Объем и срок освоения программы, режим занятий. Программа рассчитана на 1 год обучения, занятия проходят 1 раз в неделю по 1 академическому часу, 32 академических часа.

1.2. Цель и задачи программы

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

Задачи:**Обучающие:**

создание условий для эмоционально-психического равновесия и комфорта учащихся;

создание условий для формирования у обучающихся культуры сохранения собственного здоровья;

обеспечение обучающихся необходимой информацией в области охраны здоровья;

формирование умений, навыков и привычек, способствующих сохранению здоровья, трудоспособности и долголетия;

введение в основные требования техники безопасности.

Развивающие:

развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);

развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, устойчивости и координации), изучение танцевальных элементов;

развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;

Воспитательные:

воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе;

– способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

1.3. Учебный план и содержание программы

Учебный план

	Тема занятия	К-во часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие. История и виды танцев. ТБ	2	1	1
2	Знакомство с музыкальными длительностями.	4	1	3
3	Упражнения на быстроту реакции, внимание, координацию, развитие воображения.	4	1	3
4	Развитие чувства ритма, темпа.	5		5
5	Изучение азбуки танцевальной азбуки. Упражнение «грустный – веселый»; упражнения для рук – «замочек»; упражнения для спины; упражнения для головы; упражнения для корпуса.	6		6

6	Ознакомление детей с элементами танцевальных движений. Выполнение проученных элементов танцевальных движений.	9	1	8
7	Ознакомление детей с элементами танцевальных движений. Выполнение проученных элементов танцевальных движений.	2	1	1
	Итого	32	5	27

Содержание программы

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки обучающихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. В условиях занятия движение носит развивающий характер и ориентировано на овладение детьми двигательными и интеллектуальными умениями, сенсорными способностями, на развитие навыков сотрудничества, эффективного взаимодействия на основе познавательных процессов. Это связано с тем, что одна из задач работы – это развитие и совершенствование танцевальных способностей.

1. Вводное занятие. История и виды танцев. ТБ

Теория

Правила поведения и техника безопасности. Творческие планы на новый учебный год. Беседы, впечатления о летнем отдыхе.

Практика

Повторение правил техники безопасности. Знакомство с программой на учебный год. Просмотр и прослушивание детей.

2. Знакомство с музыкальными длительностями

Теория

Разучивается исполнение более сложных ритмических рисунков. Теоретические упражнения.

Практика

Упражнения на развитие ритмического слуха:

Разучивается исполнение по слуху более сложных ритмических рисунков.

Выполняются самостоятельные задания ритмических рисунков на основании прослушанного музыкального материала.

Длительности: четверти, восьмые, половинные, шестнадцатые, целые.

3. Развитие чувства ритма, темпа

Теория

Разучивается исполнение более сложных ритмических рисунков.

Теоретические упражнения.

Практика

Упражнения на развитие ритмического слуха:

Разучивается исполнение по слуху более сложных ритмических рисунков.

Выполняются самостоятельные задания ритмических рисунков на основании прослушанного музыкального материала.

Длительности: четверти, восьмые, половинные, шестнадцатые, целые.

4. Упражнения на быстроту реакции, внимание, координацию, развитие воображения

Практика

Эти упражнения необходимы на занятиях по хореографии, т.к. учащиеся должны ориентироваться в танцевальном зале, делая движения из разных точек класса, быстро реагировать на смену темпа, делать танцевальные вариации с разных ног вперёд и назад, при этом не забывать, что танцует коллектив и поэтому нужно следить за партнёрами по танцу.

Выполнение упражнений:

Педагог стоит лицом к классу, делая движения, импровизируя на ходу, ученики пытаются повторить все движения по принципу «зеркала»;

Учащиеся разбиваются, по парам один делает движение, второй «отражает их в зеркале», затем меняются местами;

Игра «Море волнуется...»;

Наблюдение за пластикой животных, повторение её.

5. Изучение азов танцевальной азбуки

Практика

Упражнение «грустный – веселый»; упражнения для рук – «замочек»; упражнения для спины; упражнения для головы; упражнения для корпуса.

Умение работать в группе, в ансамбле. Чувство партнера.

Выбор партнера. Нахождение контакта с партнером.

6. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений

Теория

Элементы танца: энергия, динамика, время, пространство

Практика

Фигурная маршировка: перестроение из круга в диагональ, в две параллельные диагонали.

Ускорение темпа перестроений. Разучивается дополнительный материал: построение в две диагонали.

Образование «восьмерки», «объемной восьмерки» (восьмерки с дополнительными кругами внутри).

Построение фигуры «трапеция».

Построение фигуры «клин».

Перестроение «дверца».

7.Ознакомление детей с элементами танцевальных движений.

Выполнение выученных элементов танцевальных движений

Теория

Общая характеристика современного танца. Прослушивание музыки и рассказ о сюжете танца

Практика

Выполнение танцевальных элементов

1.4. Планируемые результаты

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;

Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;

Выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

II. Комплекс организационно-педагогических условий:

2.1.Календарный учебный график

№	Месяц	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во час
1	октябрь	Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности. Организация учебного процесса. Входной контроль.	Беседа Наблюдение	1
2		История и виды танцев. Значение танцев в нашей жизни	Беседа	1
3		Знакомство с музыкальными длительностями	Беседа	1
4		Музыкальная грамота: «музыкальный квадрат», ритм 2/4	Практическая работа	1
5	ноябрь	Понятия счета в танце	Беседа	1
6		Ритмические движения по счет и под музыку. Движения на развитие координации	Практическая работа	1
7		Ритмические рисунки	Беседа	1
8		Исполнение по слуху более сложных ритмических рисунков	Практическая работа	1
9	декабрь	Выполнение самостоятельных ритмических рисунков	Практическая работа	1
10		Длительности в танце: четверти, восьмые	Практическая работа	1
11		Длительности в танце: половинные, шестнадцатые, целые	Практическая работа	1
12		Упражнение «Зеркало» Промежуточная аттестация	Практическая работа	1
13	январь	Пластика	Практическая работа	1
14		Работа в паре на выполнение упражнений	Практическая работа	1
15		Игра «Море волнуется»	Практическая работа	1
16		Изучение азов танцевальной азбуки. Работа в паре, выбор партнера	Беседа	1
17	февраль	Упражнение «грустный – веселый»	Практическая работа	1
18		Упражнения для рук – «замочек»	Практическая работа	1
19		Упражнения для спины	Практическая работа	1
20		Упражнения для головы	Практическая работа	1
21	март	Упражнения для корпуса.	Практическая работа	1

22		Элементы танца: энергия	Беседа	1
23		Фигурная маршировка	Практическая работа	1
24		Элементы танца: динамика	Беседа	1
25	апрель	Ускорение темпа перестроений	Практическая работа	1
26		Элементы танца: время	Беседа	1
27		Элементы танца: пространство	Беседа	1
28		Образование «восьмерки». Итоговый контроль	Беседа, выполнение контрольного задания	1
29	май	Построение фигуры «трапеция»	Практическая работа	1
30		Построение фигуры «клин»	Практическая работа	1
31		Перестроение «дверца»	Практическая работа	1
32		Прослушивание музыки и рассказ о сюжете танца	Беседа	1

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

1. Хореографический зал: зеркала, станки.
2. Коврики для занятий на полу.
4. Подборка аудио-записей.
5. Колонка.

2.3. Формы аттестации

Мониторинг результатов обучающихся проводится 3 раза в год. В начале учебного года (октябрь) проводится входная диагностика, полугодие (декабрь) – промежуточная, в конце программы (май) – итоговый контроль. Диагностика состоит из двух разделов: теоретическая и практическая. Теоретическая часть через беседу позволяет определить уровень усвоения теоретического материала. Практическая часть подразумевает выполнение изученных упражнений и техник, помогает выявить уровень координации и выразительности. Итоговый контроль обучающихся проводится с целью контроля (оценки) освоения программы в соответствии с требованиями, установленными к минимуму ее содержания, структуре, условиям, а также срокам реализации. Формы контроля: опрос; просмотр и анализ контрольных

хореографических комбинаций, концертных номеров, самостоятельных хореографических постановок.

2.4. Оценочные материалы

Система контроля результативности. Мониторинг результатов освоения программы.

Возможные формы выявления, фиксации и предъявления результатов:

спектр способов и форм выявления результатов: беседа, опрос, наблюдение, просмотр на репетициях, праздничные мероприятия, фестивали, концерты, зачеты, конкурсы, соревнования;

спектр способов и форм фиксации результатов: грамоты, дипломы, готовые работы, журнал оценки, анкеты, тестирование, протоколы мониторинга;

спектр способов и форм предъявления результатов: конкурсы, фестивали, праздники, концерты, демонстрация номеров, соревнования;

Объектами мониторинга могут являться:

знания, умения, навыки по изучаемому предмету, курсу, модулю;
универсальные учебные действия;

уровень и качество изготавливаемых изделий, мероприятий и т.д.;
мастерство, культура и техника исполнения танцевальных номеров;
степень самостоятельности и уровень творческих способностей.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Некоторые формы подведения итогов:

опрос, контрольное занятие, концерт, зачет, самостоятельная работа, открытое занятие для родителей, соревнование, фестивали, показательные выступления, игра-испытание, презентация творческих работ, самоанализ, взаимозачет.

Документальные формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы необходимы для подтверждения достоверности полученных результатов освоения программы и могут быть использованы для проведения анализа результатов.

2.5. Методические материалы

Методы обучения

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с объектами (образ, поза, двигательная имитация), где педагог

режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга обучающегося, его пространственно-образное мышление, способствует высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод проявляется в беседе о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснении методики исполнения движений, оценке. Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой. В работе с обучающимися обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

Формы организации образовательного процесса: групповые занятия. Формы организации учебного занятия: репетиционные, постановочные, информационные, практическое занятие. Педагогические технологии: технология игровой деятельности, технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности.

2.6. Воспитательный аспект

Одна из задач курса — привить учащимся культуру общения с одноклассниками, в паре в танце, с окружающими. Эта задача успешно решается путем организации танцевальных праздников, конкурсов, танцевальных игр и соревнований.

Информационные ресурсы и литература

Нормативно-правовые документы:

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

Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831 с изменениями от 30.09.2020 года №533).

Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда России от 05.05.2018 № 298н).

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28.

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р).

Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»).

Методические рекомендации по организации дополнительного образования детей с ОВЗ

1. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»
«Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-педагогической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»
2. Российский университет дружбы народов, по заказу Министерства просвещения РФ, М54, 2019 год
«Методические рекомендации по нормативному регулированию в субъектах Российской Федерации дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью»
3. Е.В. Кулакова, Е.И. Адамян, Е.Б. Колосова, по заказу Министерства просвещения РФ, М54, 2019 год

«Методические рекомендации по организации дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью»

4. ФГОУ ВО «Череповецкий государственный университет», 2019 год
«Методические рекомендации «Разработка и внедрение адаптированных дополнительных общеобразовательных программ для подростков с ОВЗ и инвалидностью по шести направленностям»

5. Письмо Министерства просвещения РФ от 01.08.2019 № ТС-1780/07
«О направлении эффективных моделей дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья»

Литература

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова [текст] - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 1999. – 262с.

2. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин [текст] Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007. – 511 с.

3. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" /

4. Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова [текст] - М.: Владос, 2002. - 348, с. 2.

5. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. [текст] - Ростов н/Д.: Феникс, 2003. - 223 с. 3. Калишин, И.В. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей: Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / И.В. Калиш [текст]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 1999. - 541, [1] с. 4.

6. Куприянов, Б.В. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / Б.В. Куприянов [текст]; Под ред. А. В. Мудрика. - М.: Academia, 2004. - 240 с. 5.

7. Лебедев, О.Е. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов вузов / О.Е. Лебедев [текст]; Под ред. О. Е. Лебедева - М.: Владос, 2003 (Петрозаводск: ГП Тип. им. П.Ф.Анохина). - 254 с. 6.

8. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин [текст] - М.: ГИТИС, 2000. - 438с.

9. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин [текст] - М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. - 158 с