

краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Железногорская школа-интернат»

«Рассмотрено»  
на заседании ШМО  
«Калейдоскоп»

\_\_\_\_\_  
Протокол № 1  
от «31» 08 2021

Руководитель ШМО  
В.С. Фехов - /Ф.И.О./ *ef*

«Согласовано»  
Зам. директора по ВР  
КГБОУ «Железногорская  
школа-интернат»

*Васильев*  
«31» 08 2021

«Утверждаю»  
Директор КГБОУ  
«Железногорская школа-  
интернат»



И.А.М. Вавулин

«31» 08 2021

**АДАптированная дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
вокально-хоровая студия «Жаворонок»  
художественной направленности**

Возраст детей – 7-15 лет  
Срок реализации – 4 года

Составил:

Педагог дополнительного образования  
Овчаренко М.Г.

г. Железногорск

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Актуальность дополнительной образовательной программы.**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа студии танца «Непоседы» предназначена для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальными нарушениями с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и с ТМНР)

Программа составлена в соответствии Федеральным Законом от 29.12.2012г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2 п. 1, 2, 3, 14; ст. 75 с изм. и доп. вступ. в силу с 01.09.2020г.), в соответствии с «Примерными программами дополнительного образования», на основании российского законодательства, Устава КГБОУ «Железногорская школа-интернат», Приказ Министерства Просвещения от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Концепцию развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014г. № 1726 – р); СанПиН 2.4.2.2821-10"Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях", Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования СанПиН 2.4.4.3172 – 14». п. 3.2.3. Комплекса мер по обеспечению реализации Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года в системе образования Красноярского края на 2016–2020 годы (утв. 26.08.16)

Педагогическая работа с ребенком с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и с ТМНР направлена на его социализацию и интеграцию в общество. Одним из важнейших средств в этом процессе является музыка. Физические недостатки могут ограничивать желание и умение танцевать, но музыка побуждает ребенка двигаться иными способами. У человека может отсутствовать речь, но он, возможно, будет стремиться к подражанию и «пропеванию» мелодии доступными ему средствами. Задача педагога состоит в том, чтобы музыкальными средствами помочь ребенку научиться воспринимать звуки окружающего мира, развить эмоциональную отзывчивость на музыкальный ритм, мелодику звучания разных жанровых произведений.

Участие ребенка в музыкальных выступлениях способствует его самореализации, формированию чувства собственного достоинства. Таким образом, музыка рассматривается как средство развития эмоциональной и личностной сферы, как средство социализации и самореализации ребенка. На музыкальных занятиях развивается не только способность эмоционально воспринимать и воспроизводить музыку, но и музыкальный слух, чувство ритма, музыкальная память, индивидуальные способности к пению, танцу, ритмике.

При исследовании деятельности детей с ТМНР, у них отмечено нарушение процессов восприятия, памяти, мышления, речи, мелкой и общей моторики. Кроме того, имеются различные нарушения в сердечно-сосудистой, дыхательной, эндокринной и других систем организма.

Как правило, школьники большую часть учебного дня проводят сидя за столом без движений и в определенном статическом напряжении. Вследствие этого у них наблюдается ряд существенных расстройств, затрагивающих опорно-двигательный аппарат, от чего снижается работоспособность, появляется утомляемость, вялость, нарушение осанки, плоскостопие, ожирение и др. Все это существенно затрудняет процесс обучения детей с отклонениями в развитии. Поэтому необходимо увеличивать детям двигательную активность, которая будет способствовать активизации учебно -педагогического процесса, укреплению здоровья, физического развития, коррекции нарушений двигательной сферы, улучшению их психической деятельности.

**Направленность программы:** художественная

**Цель программы:** раскрытие творческой личности обучающегося с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальными нарушениями с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и с ТМНР) средствами хореографического искусства.

**Реализация цели осуществляется через решение следующих задач:**

**Обучающие:**

1. Обучать умению слушать и чувствовать музыку.
2. Воспринимать развитие музыкальных образов и выразить их в движениях, согласовывать движения с характером музыки.
3. Обучать правильному выполнению упражнений на пространственную ориентировку, координацию движений; разминочных упражнений.
4. Обучать правильному выполнению танцевальных движений.
5. Обучать владению коммуникативных навыков и умений, учить устанавливать партнерские взаимоотношения с другими детьми.
6. Обучать выразительным, пластичным движениям в игре и танце.

**Развивающие:**

1. Развивать двигательную активность ребенка.
2. Развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость, слуховые представления, чувство ритма).
3. Укреплять физическое и психическое здоровье детей.

**Воспитательные:**

1. Формировать культуру общения и поведения в социуме.
2. Воспитывать чувство коллективизма и своего «Я» в коллективе.
3. Воспитывать сценическую культуру.
4. Воспитывать трудолюбие, терпение, желание танцевать.

**Коррекционные:**

1. Содействовать развитию общей и мелкой моторики рук.
2. Развивать зрительную и слуховую память, внимание.
3. Научить ориентироваться в пространстве класса и сцены.
4. Развивать координацию движений.

**Адресат** - программа ориентирована на детей с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальными нарушениями с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и с ТМНР) 9-14 лет без специальной подготовки.

**Сроки реализации.** Программа рассчитана на 4 года обучения, 288 часов. Занятия проходят 2 часа в неделю, 72 часа в год.

**Форма занятий** – групповая.

**Ожидаемые результаты.**

**Предметные:**

1. Обучающиеся научатся слушать музыку, выразить музыкальные образы в движениях.
2. Правильно выполнять движения на пространственную ориентировку, координацию движений.
3. Правильно выполнять разминочные упражнения.
4. Правильно выполнять танцевальные движения, согласовывая их с музыкой.
5. Правильно выполнять релаксационные и дыхательные упражнения.

**Воспитательные:**

1. Устанавливать тактильный контакт между партнерами в танце, сочувствовать партнеру, уметь работать в коллективе.
2. Научатся культуре общения и поведения в общественных местах и на сценической площадке.
3. Научатся трудолюбию и терпению во время разучивания и исполнения танца.

**Формы подведения итогов реализации программы.**

Творческая работа – выступление детей на общешкольных мероприятиях и родительском собрании с танцевальным номером.

## Содержание учебного материала.

### Учебный план.

Название программы	Адаптированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Непоседы»			
Объединение	кружок			
Направленность	художественная			
Срок реализации	4 года			
1 год обучения	Кол-во групп	Кол-во детей в группе	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
	1	10	2	72
2 год обучения	Кол-во групп	Кол-во детей в группе	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
	1	10	2	72
3 год обучения	Кол-во групп	Кол-во детей в группе	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
	1	10	2	72
4 год обучения	Кол-во групп	Кол-во детей в группе	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
	1	10	2	72
Итого количество часов по программе			288	
Форма промежуточной аттестации			тестирование	

### Учебный (тематический) план

#### Содержание 1-го года обучения.

##### Теория:

1. Знакомство с учителем, кабинетом ритмики.
2. Знакомство с тематикой занятий.
3. Работа с наглядным материалом.
4. Слушание музыкальных произведений.
5. Знакомство с актовым залом, со сценической площадкой.

##### Практика:

1. Выполнение подготовительных (разминочных) упражнений сопряжено с учителем
2. Выполнение движений на координацию, пространственную ориентировку ( по наглядным ориентирам) сопряжено с учителем
3. Разучивание танцевальных движений
4. Выполнение дыхательных и релаксационных упражнений
5. Выработка коммуникативных качеств.

#### **Ожидаемые результаты 1-го года обучения:**

##### Обучающиеся должны знать:

1. Учителя, кабинет ритмики, актовый зал.
2. Правила поведения в кабинете ритмики и на сценической площадке.
3. Танцевальные костюмы для своего номера.
5. Свое место в танце.

##### Обучающиеся должны уметь:

1. Слушать музыку, стараться выполнять движения под музыку.
2. Выполнять разминочные движения.
3. Правильно выполнять упражнения на координацию движений и пространственную ориентировку.
4. Правильно выполнять релаксационные и дыхательные упражнения.
5. Выполнять танцевальные движения.
6. Взаимодействовать в паре и коллективе.

## **Содержание 2-го года обучения.**

### Теория:

1. Знакомство с тематикой занятий.
2. Работа с наглядным материалом.
3. Слушание музыкальных произведений, определение их характера (быстрая, медленная).
4. Знакомство с актовым залом, со сценической площадкой.

### Практика:

1. Выполнение подготовительных (разминочных) упражнений совместно с учителем
2. Выполнение движений на координацию, пространственную ориентировку совместно с учителем.
3. Разучивание танцевальных движений по показу учителя.
4. Выполнение игровых образов в танце.
5. Построение танцевальных рисунков (линия, две линии)
6. Выполнение дыхательных и релаксационных упражнений
7. Выработка коммуникативных качеств.

## **Ожидаемые результаты 2-го года обучения:**

### Обучающиеся должны знать:

1. Учителя, кабинет ритмики, актовый зал.
2. Правила поведения в кабинете ритмики и на сценической площадке.
3. Терминологию отдельных танцевальных движений.
4. Танцевальные костюмы для своего номера.
5. Свое место в танце, партнера по танцу.

### Обучающиеся должны уметь:

1. Слушать музыку, правильно выполнять движения под музыку в соответствии с музыкальным ритмом.
2. Выполнять разминочные движения по показу учителя.
3. Правильно выполнять упражнения на координацию движений и пространственную ориентировку по показу учителя.
4. Правильно выполнять релаксационные и дыхательные упражнения.
5. Ориентироваться в пространстве класса и сцены.
6. Выполнять танцевальные движения легко, красиво.
7. Взаимодействовать в паре и коллективе.
8. Запомнить последовательность движений в танце, выстраиваться в линии, братья за руки и танцевать в парах.

## **Содержание 3-го года обучения.**

### Теория:

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ: правила поведения в кабинете ритмики.
2. Знакомство с тематикой занятий, терминологией отдельных танцевальных движений.
3. Тренировочная одежда и обувь.
4. Работа с наглядным материалом – просмотр эскизов костюмов.
5. Слушание музыкальных произведений, определение их характера (быстрая, медленная).
6. Развитие звуковысотного восприятия музыки (громкая и тихая).
7. Знакомство с актовым залом, со сценической площадкой.

### Практика:

1. Выполнение подготовительных (разминочных) упражнений по словесной инструкции учителя.
2. Выполнение движений на координацию, пространственную ориентировку по словесной инструкции учителя.
3. Разучивание танцевальных движений по показу учителя.
4. Выполнение подражательных « образов » в танце.

5. Построение танцевальных рисунков ( линия, две линии, круг)
6. Выполнение дыхательных и релаксационных упражнений по словесной инструкции учителя.
7. Выработка коммуникативных качеств.

#### **Ожидаемые результаты 3-го года обучения:**

##### Обучающиеся должны знать:

1. Учителя, кабинет ритмики, актовый зал.
2. Правила поведения в кабинете ритмики и на сценической площадке.
3. Терминологию отдельных танцевальных движений.
4. Танцевальные костюмы для своего номера.
5. Свое место в танце, партнера по танцу.
6. Различать музыку громкую и тихую, быструю и медленную.

##### Обучающиеся должны уметь:

1. Слушать музыку, правильно выполнять движения под музыку в соответствии с музыкальным ритмом; знать музыкальное вступление.
2. Выполнять разминочные движения по словесной инструкции учителя.
3. Правильно выполнять упражнения на координацию движений и пространственную ориентировку по словесной инструкции учителя.
4. Правильно выполнять релаксационные и дыхательные упражнения.
5. Ориентироваться в пространстве класса и сцены, знать свое место в танце.
6. Вести себя на сцене спокойно, выполнять танцевальные движения легко, красиво.
7. Взаимодействовать в паре и коллективе.
8. Запомнить последовательность движений в танце, выстраиваться в линию, две линии, круг.

#### **Содержание 4-го года обучения.**

##### Теория:

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ: правила поведения в кабинете ритмики и на сценической площадке.
2. Знакомство с тематикой занятий, терминологией в хореографическом искусстве.
3. Тренировочная одежда и обувь.
4. Работа с наглядным материалом – просмотр эскизов костюмов.
5. Слушание музыкальных произведений, определение их характера (быстрая, медленная).
6. Развитие звуковысотного восприятия музыки (громкая и тихая).
7. Развитие зрительного внимания (понятие большой-маленький).
8. Воспитание дружелюбия, принятия друг друга.
9. Развитие эмоциональной сферы.
10. Развитие мышления: каждое задание нужно понять и выполнить правильно.

##### Практика:

1. Выполнение подготовительных (разминочных) упражнений самостоятельно, по словесной инструкции учителя.
2. Выполнение движений на координацию, пространственную ориентировку самостоятельно, по словесной инструкции учителя.
3. Разучивание танцевальных движений по показу учителя.
4. Выполнение танцевальных движений самостоятельно.
5. Построение танцевальных рисунков ( линия, две линии, круг большой и маленький)
6. Выполнение дыхательных и релаксационных упражнений самостоятельно, по словесной инструкции учителя.
7. Выполнение мимических этюдов: «Радость», «Огорчение», «Страх».
8. Выполнение упражнений на выработку правильной осанки.
9. Выполнение танцевальных движений совместно с «подпеванием» отдельных слов знакомой песни.

### Мониторинг образовательной деятельности обучающихся.

При определении уровня сформированности общеучебных умений, навыков, компетенций учитывается:

- высокий уровень - самостоятельная деятельность учащегося, при выполнении упражнений и танцевальных движений учащийся не испытывает особых затруднений; высокий уровень ответственности за порученное дело, фиксируется отметкой «5»;
- средний уровень - при выполнении упражнений и танцевальных движений учащийся испытывает минимальные затруднения, прибегает к помощи педагога, стремится исправить указанные ошибки, самостоятельно выполняет несложные танцевальные комбинации, фиксируется отметкой «4»;
- низкий уровень - учащийся испытывает серьезные затруднения при выполнении упражнений и танцевальных движений, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога, овладел менее чем 1\2 навыками, умениями, компетенциями фиксируется отметкой «3».

### Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение.

#### Опись имущества кабинета

№	Наименование	Количество
	Лавочки	3
	Коврики гимнастические	6

#### Техническое обеспечение кабинета.

№	Наименование ТСО	Марка	Инвентарный номер
	Телевизор	LD	
	Магнитофон	PANASONIK	
	Музыкальный центр	SAMSUNG	

#### Учебно-методическое обеспечение кабинета.

№	Предмет	Класс	Наименование.
	студия		Аудио и видеоматериал по хореографии,
	танца		детские музыкальные инструменты,
	«Непоседы»		гимнастические обручи и ленты, палочки
			для проведения логоритмических упражнений, платочки.

#### Наглядные пособия.

№ п/п	Наименование	Количество
	Папки	
	«Дикие и домашние животные»	1
	«Птицы»	1
	«Времена года»	1
	«Современная хореография»	1
	«Танцы народов мира»	1
	«Русский народный танец»	1
	«Классический танец»	1
	«Танцевальные костюмы народов мира»	1

### **Список литературы**

1. «Коммуникативные игры и танцы в воспитании детей» Н.Г.Куприна, УГПИ, г. Екатеринбург 2002г.
2. «Проблемы диагностики, коррекции, валеологии в специальном (коррекционном) образовании», сборник статей. Г. Красноярск 1997г.
3. «Танцевальная терапия». Кэтлин Хэндрикс, США, танце-терапевт.
4. «Роль искусства и артпедагогики в профилактике и коррекции задержки психического развития и нарушения речи у детей». О.Кацер, г. Москва 2004г.
5. «Основы классического танца». Ваганова А.Я., СПб, издательство «Лань», 2007г.
6. «Ритмика для детей 3-7 лет». Учебно-методическое пособие; М. Владос, 2008г.
7. Ресурсы интернета.

### **Календарно-тематическое планирование (Приложение)**