

Министерство образования Тверской области
Государственное казенное общеобразовательное учреждение
ГКОУ «Тверская школа №4»

Принято
педагогическим советом
ГКОУ «Тверская школа №4»
«19» августа 2025г.
Протокол №1



«Утверждаю»
Директор ГКОУ «Тверская школа №4»
А.И.Бурундукова

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для детей с ОВЗ и инвалидностью

Танцевальная студия «Новые горизонты»

на 2025/ 2026учебный год

Направленность программы:

Художественная

Уровень программы: стартовый

Адресат: от 9 до 16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Каргаполова Л.А.,
руководитель
танцевальной студии

г. Тверь

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Танцы для детей» (далее – образовательная программа) имеет **социально-педагогическую направленность**.

Программа **адаптирована** для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья с нарушением слуха.

Актуальность - выявление творческих способностей учащихся, развитие природных задатков, специальных способностей, работа по сохранению, укреплению и восстановлению здоровья детей с особенностями ОВЗ.

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма – одна из основных проблем в современном обществе. Медики, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, задержки, нарушения, отклонения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья, это касается в первую очередь нервной системы, её опорно-двигательного аппарата. Психологи называют детей, которые не укладываются в идеальный портрет психического и физического развития «Дети с особенностями развития».

Корректировка и развитие психических свойств личности, коммуникативных и интеллектуальных способностей обучающихся, организация социализирующего досуга детей и подростков способствует социальной адаптации, гражданскому становлению подрастающего поколения.

Для детей с особенностями развития требуется особый подход в образовательном процессе. Программа «Танцы для детей» направлена на создание условий для общего физико-психического развития и социализации детей посредством приобщения их к танцевальной культуре.

Занятия хореографией совершенствуют координацию движений, способствуют укреплению опорно-двигательного аппарата, формируют правильную осанку, прививают основы этикета и манеры поведения в обществе, дают возможность постичь сложность темпов и ритмов, что колossalно обогащает мир звуков детей с нарушением слуха, что и представляет сложность в обучении танцу.

Программа предусматривает коррекционные задачи: развитие слухового и тактильно-вибрационного восприятия, выработка внутреннего ритма танцевальных движений, развитие восприятия различной акустической информации, неречевых звуков, музыки, развитие мышления, памяти, воображение положительно влияет на формирование у детей произносительной стороны речи.

Танец-терапия, в сочетании с методиками Адаптивной физической культуры (АФК), способствует изменению состояния организма ребёнка и приобретению нового уровня его физических качеств и способностей.

Содержание, структура и технология занятий по хореографии варьируются в зависимости от характера отклонения (нарушения) в развитии детей и необходимости их коррекции.

Благодаря реализации в процессе занятий физиологического механизма адаптации происходит накопление всех новых физических кондиций, мобилизация и развёртывание новых ресурсов организма. Усиленная работа мышц обеспечивает условия для повышения обмена веществ в организме, что способствует росту ребёнка. Расслабление мышц позволяет снять утомление, снижает нервное напряжение. Работоспособность мышц позволяет создать оптимальный режим для функционирования всех органов и систем организма, положительно влияет на работу внутренних органов и значительно ускоряет умственное развитие.

Таким образом, занятия танцами для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) являются не только средством физического развития, они способствуют коррекции и компенсации их двигательных нарушений через применение методик и средств физической культуры (АФК) в хореографии.

В программу включены музыкальные игры, массовые и сольные танцы, парные танцы со сменой партнера. Обучение танцу ведется в образно-ролевой форме и является активным творческим процессом.

Коллективная форма работы способствует совершенствованию умения ребят общаться в группе сверстников, соотносить с ними свои интересы и способствует решению основных задач программы обучения:

- социальной адаптации, гражданскому становлению и общему духовному развитию детей;
- расширение рамок культурного и исторического образования детей средствами историко-бытового, народного и бального танца;
- воспитания нравственности, чувства коллективизма, долга, организованности, толерантности через этические особенности танцевальной культуры;
- умение переносить культуру поведения и общения в танце (танцевальный этикет) на межличностное общение в повседневной жизни.

Адресат программы - программа предназначена для обучения детей с ОВЗ преимущественно 7-15 лет, не имеющие противопоказаний для занятий хореографией.

Срок реализации образовательной программы - 3 года.

Объем образовательной программы –

612 часов: 1 год – 204 часа, 2 год обучения - 204 часа, 3 год обучения - 204 часа.

Уровень освоения образовательной программы - общекультурный. Результативность освоения программы заключается в:

- освоении прогнозируемых результатов программы;
- презентации результатов на уровне образовательной организации.

Цель программы создание условий для формирования общего физико-психического развития и социализации детей посредством танцевальной культуры.

Задач:

➤ *Обучающие задачи:*

- познакомить с разнообразием танцевальных форм и стилей;
- обучить танцевальному этикету;
- сформировать практические умения и навыки;
- сформировать определенные теоретические знания;
- научить использовать полученные практические навыки и теоретические знания в социуме.

➤ *Развивающие задачи:*

- способствовать активизации речевого и слухового центра, через работу двигательного аппарата ребенка применяя методики АФК в предлагаемом танцевальном материале;
- развивать физические данные: слуховое внимание и память, зрительное внимание и память, оптико-пространственное представление и навыки, статическую и динамическую координацию;
- способствовать формированию и сохранению правильной осанки ребенка, укреплению мышечного корсета;
- развивать чувство темпа и ритма в движении;
- развивать творческие способности, артистизм;
- приобщить детей к танцевальному искусству, сформировать определенную эстетическую танцевальную культуру.

➤ *Воспитательные задачи:*

- способствовать социальной адаптации и коммуникации;
- способствовать формированию художественного вкуса, интереса к музыке и танцу;
- формировать чувства коллективизма, нравственности, долга, организованности, толерантности через этические особенности танцевальной культуры;
- сформировать умение переносить культуру поведения и общения в танце (танцевальный этикет) на межличностное общение в повседневной жизни.

Условия реализации программы:

На первый год обучения - не менее 12 чел., 2 год обучения и последующие – не менее 10 – 12 чел.

Материально-техническое обеспечение программы: хореографический класс с напольным специализированным, противоскользящим покрытием, зеркала в полный рост, станок, музыкальный центр, дневное освещение.

Форма занятий – групповая и индивидуально-групповая. Нагрузка ребенка варьируется на каждом занятии в зависимости от медицинских показаний и его психофизического состояния с разрешения рекомендательной справки.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, получаемые учащимися в результате освоения программы:

➤ *Предметные:*

- основы танцевально – ритмического движения;
- основы классической хореографии;
- технику исполнения элементов и фигур танцев;
- правила поведения и танцевального этикета.

➤ *Метапредметные:*

- исполнять упражнения и базовые фигуры изучаемых танцев;
- передавать в движении характер исполняемых танцев;
- исполнять танцы в соответствии с образовательной программой;
- ориентироваться в зале и на сцене, принимать участие в показательных выступлениях.

➤ *Личностные:*

- демонстрировать основные правила культуры поведения и этикет

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год (вариант 1)	1-10 сентября (по мере комплектования группы)	31 мая	34	204	2 раза в неделю по 2 часа
1 год (вариант 2)	1-10 сентября (по мере комплектования группы)	31 мая	34	204	2-3 раза в неделю по 2-3 часа
2 год (вариант 1)	1 сентября	31 мая	34	204	2 раза в неделю по 2 часа
2 год (вариант 2)	1 сентября	31 мая	34	204	2-3 раза в неделю по 2-3 часа
3 год	1 сентября	31 мая	34	204	2-3 раза в неделю по 2-3 часа

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Теория (знать)		Практика (уметь)	
A	Правила поведения в зале, инструктаж по охране труда назанятиях	Д	Ориентироваться в зале
Б	Названия музыкально-ритмических движений	Е	Определять начало и конец музыкальной фразы
В	Основные позиции рук и ног в классическом танце, элементы партерного экзерсиса	Ж	Исполнять простейшие ритмические движения под музыку
Г	Основные построения и перестроения, музыкально-ритмические рисунки	З	Исполнять элементы партерного экзерсиса

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ (УМК):

Методические рекомендации к программе

Особенности проведения занятий танцами с детьми ОВЗ:

- в создании благоприятных условий для тренировки детей с речевой патологией, у которых нарушены равновесие деятельности нервной системы и ритм процессов центральной нервной системы;
- в благотворном влиянии на детей точной дозировкой раздражителей: темпа, ритма, динамики музыки и слова;
- в необходимости неоднократного повторения пройденного материала и индивидуального подхода к каждому ребенку на групповых занятиях.

Годовой тематический цикл обучения для детей с ОВЗ и особенностями в развитии строится следующим образом:

Сентябрь/октябрь – больше времени посвятить изучению тематики «Основы танцевально-ритмического движения» (ТРД) и «Основы бальной хореографии» (БХ), «Массовые танцы» (МТ) на базе которых строится развитие последующего материала.

Начиная с октября/ноября – включать основные темы по изучению танцев и композиций по мере готовности детей к восприятию нового материала.

То есть работу строить по тематическим циклам ТРД-БХ-МТ далее этюдно-постановочная работа по предлагаемой постановке танца, окончательно переходя в конце учебного года к этюдно-постановочным темам. При этом необходимо закреплять знания, в развитии основных положений предыдущей тематики, повторением пройденного на материале данного занятия.

Возможные трудности при проведении занятий с детьми ОВЗ

Причины:

Патология развития слуха и речи детей с задержкой психического развития чаще всего приводит к физиологическим и психологическим отклонениям:

- есть дети не говорящие, с пониженным слуховым уровнем;
- восприятие и усвоение учебного материала у детей с заниженной психомоторикой (ОВЗ) происходит намного медленнее, чем у «условно» здоровых детей. В первую очередь это связано с нарушением способности усваивать новый материал и информацию (частичная амнезия);
- скучный запас слов и понятий, рассеянное внимание, отсутствует логическое мышление;
- нарушены координация движения и ориентация в пространстве;
- присутствует мышечная спастикита;
- отсутствует кинезиологическая память (моторная – мышечная);
- отсутствует ритмический и музыкальный слух;
- психическая неуравновешенность (гиперреактивность или заторможенность восприятия);
- частые отсутствия на занятиях из-за основных и «сопутствующих» заболеваний.

Возникающие проблемы:

- на каждом занятии приходится давать элементарные знания, не относящиеся к танцевальному искусству. То есть отсутствуют понятия вперед-назад, правая – левая рука, нога, сторона, приходится повторять элементарные математические понятия, многие дети не знают, что такое круг, квадрат, ход стрелки часов, какие существуют животные и еще много бытовых понятий, на которые можно опираться при применении образно-игровой технологии;
- возникает необходимость неоднократного повторение изучаемого материала с различной формой подачи и объяснением одной и той же темы;
- более длительное обучение азам музыкальной грамоты и базовой технике танца;
- музыкальное сопровождение необходимо подбирать с ярко выраженными долевыми акцентами.

Структура программы позволяет, при необходимости (очень низкий уровень физического, музыкального и психического развития детей), повторить обучение детей по ОП «Танцы для детей с особенностями развития» с расширением и усложнением хореографического материала.

Тематика каждого раздела имеет свое развитие (повторение) в других разделах, что способствует усвоению и закреплению учебного материала. Например, при изучении каждой новой темы (танца) воспитанникам предоставляется возможность самим определить характеристики музыкального сопровождения.

На протяжении всего времени обучения особое внимание необходимо уделять музыкально-ритмическому воспитанию детей. Музыкально-ритмическое воспитание обусловлено влиянием ритмических движений на активизацию различных анализаторных систем, становлению межанализаторных связей и развитию интегративной деятельности мозга. Ритм – это особая форма организации движения или деятельности во времени и пространстве. Ритм является объединяющим началом пространственно-временной организации любого вида человеческой активности, условием усвоения и выполнения процессов, совершаемых человеком. Ритм является организующим стержнем, вокруг которого выстраивается алгоритм музыкального движения. Учитывая, что внутри каждого человека существует свой собственный физиологический ритм, педагогическая задача состоит в том, чтобы привести в соответствие организующий и физиологический ритмы. Таким образом, «ритмическая способность» – это средство пространственно-временной организации движений, деятельности и поведения ребенка. Процесс становления и развития чувства ритма тесно связан с развитием моторики, восприятия, зрительно двигательной координацией, речи, эмоционально-волевой сферы, что обеспечивает формирование целостного образа мира у ребенка, гармонизацию его психического развития, становлению всех компонентов сознания. Его содержание составляет целенаправленное формирование личности путем воздействия на нее музыки и ритма с целью воспитания познавательной, волевой и эмоциональной сферы личности. Для первого знакомства с музыкальными акцентами и сильными долями можно использовать «вибрационный прием». Этот прием очень хорошо работает при обучении танцам и ритмике людей с полной потерей слуха и речи (глухих). Ставим магнитофон на пол, просим детей опустить ладони на пол, снять обувь или лечь. Пусть они сосредоточатся на своих внутренних ощущениях и почувствуют вибрацию ударных инструментов через руки, ноги или тело. Позже переключаем их внимание на слух (для слабослышащих), даем задания на определение метроритмов. Постоянно меняя музыкальные произведения, предлагаем определять характеристики музыкальных произведений в сравнении (ритм быстрый – медленный, сильная доля, акценты, характер произведения и музыкальные инструменты). Желательно подбирать музыкальное сопровождение с ярко выраженными ритмическими акцентами. Для знакомства с простым ритмом 4/4 можно использовать «Военный марш» Свиридова и танец «Кремена» (вариации РГПУ им. Герцена). Дети учатся слышать сильные доли такта, маршировать, исполнять приставные шаги, повороты на месте, держать равновесие, понимать разницу быстрых и медленных шагов.

Использование ритмики, музыкально-ритмических средств обусловлено необходимостью способствовать осуществлению коррекции недостатков психического и физического развития у детей ОВЗ.

Средствами, при помощи которых формируются музыкально-ритмические и моторные навыки, являются:

- общие упражнения (общеразвивающие, перестроения, основные движения);
- упражнения для согласования движений и музыки;
- элементы художественной гимнастики (с предметами и без них);
- танцевальные этюды (композиции), построенные с применением скрестно-лотеральных движений, диагональных и роторных действий корпуса;
- музыкально-речевые игры, музыкально-двигательные эстафеты, элементы хореографии и вольные танцевально-гимнастические упражнения под музыку.

Сначала упражнения и танцевальные движения разучиваются без музыки при этом фиксируются мышечные ощущения, определяются музыкальные метро-ритмические акценты, затем движения повторяются в медленном темпе под музыку, и в заключение — в четко выраженным темпе и ритме. На этапе углубленного разучивания упражнений (танцевальных движений) совершенствуется ритмичность, улучшается слитность и свобода движений детей с физиологическими нарушениями, движения становятся более уверенными, корректируются проблемы пространственной ориентации. Для коррекции речевой деятельности большое значение имеет фонетическая ритмика, являющаяся частью музыкально-ритмических занятий. Так, при нарушении речи - слуха, обучение на музыкально-ритмических занятиях базируется на применении методик АФК, на взаимодействии музыки, движения, устной речи в различных сочетаниях: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь. Игровая форма: при исполнении танцевальных композиций – ритмическое произношение звуков, пение - при использовании в музыкальном сопровождении вокала.

Методические рекомендации по проведению занятий.

Сначала оцениваем общий физико-психический уровень детей.

Начинаем обучение с развития музыкально-двигательных навыков ребенка. И если мы также хотим получить оздоровительный и коррекционный эффект, то необходимо включать в композиции скрестно-лотеральные движения, диагональные и роторные действия корпуса, которые способствуют включению в работу двух полушарий головного мозга (методики АФК).

Существует определенный физиологический (рекомендуемый) порядок обучения ребенка двигательным навыкам, который помогает ускорить усвоение физических упражнений. (Мы же сначала учимся рисовать точки, палочки, крючочки и только позже пишем буквы, складываем слова и предложения.)

Из практических наблюдений: легче идет усвоение физических действий предложенных к разучиванию в следующем порядке:

Физиологический (рекомендуемый) порядок обучения ребенка двигательным навыкам:

1. Ребенок должен уметь держать корпус в балансе, ноги по 1-ой бытовой позиции.
2. вынести ногу вперед на носок, не пересекая линию опорной ноги, опустить пятку на пол (для детей – левшей приоритет упражнений с левой ногой впереди).
3. перенос веса тела вперед – назад, с сохранением баланса и растянутым позвоночником.
4. взять вес по центру, следить за позицией стоп (носки по 3-ей позиции), исполнение плие на двух ногах, можно с действием пружинки.
5. Прыжки на месте на одной ноге с прямым корпусом, работают и стопа и колено (действие пружины).
6. Подскоки на одной ноге в полном повороте (вправо и влево), на последнем подскоке приземлиться в позицию ноги врозь.
7. Подскоки со сменой ног - на месте и с продвижением, следить за приземлением на «рабочую» ногу.
8. Прыжки «маятник»: в стороны, вперед – назад.
9. Прыжки со сменой ног на вынос ноги на носок вперед (без веса).
10. Вращение кистей рук и «сбор» пальцев в горсть в позициях: 2, 3 - хореографические, и с руками, вытянутыми вперед.
11. Вращение рук от локтевого сустава (по 2-ой позиции).
12. Волновые действия тела:
 - снизу-вверх от стопы до макушки, ноги по 1,2 бытовым позициям;
 - снизу-вверх по диагоналям, из стопы левой ноги в кисть правой руки, и из правой ноги в левую кисть. Руки по 2 позиции. Возможны варианты основной стойки корпуса;
 - более сложный вариант волновые действия тела сверху вниз (обратная волна).

Первые занятия – лучше построить на музыкальных играх, предлагая маленькие этюды - композиции, составленные из простых танцевальных элементов. Одно и то же действие желательно объяснять на разных образно-игровых (бытовых) примерах с четким показом, или дать ребятам задание найти близкое им сравнение или аналогию. Таким образом, включаем детей в игру «кто интереснее придумал», что способствует развитию мышления и фантазии ребенка. Опрос по пройденному материалу проводить лучше всего также в игровой форме, вопросы на одну и ту же тему должны содержать подсказку, развивающую логику мышления ребенка.

Есть много интересных и веселых музыкальных игр, которые способствуют организации «порядка» на занятии. Приучаем ребенка во время занятий находиться «в своем пространстве действия». Например, танец - игра «Птицы в гнезда». Подбираем музыкальное произведение с контрастной музыкой (медленная – быстрая). На спокойной - птички спят в гнездах или прячутся от хищников, на быстрой - летают, ловят гусениц, бабочек и т.д., прыгают как воробы на двух ногах или на одной ноге, могут летать как самолеты или стрижи и т.п. Педагог задает любой образ поведения птиц. Летать стае (самолетам) надо по заданной траектории не сталкиваясь. Здесь можно дать понятие «линия танца».

Игра «Следуй за мной». Дети должны повторять движения педагога, можно сразу в музыку. Затем задается знакомый им образ на каждое движение. Например, «сосульки плачут» - встряхиваем кистями рук, «ползет червячок», катаемся на коньках или лыжах, рисуем ногами или ставим точки, «красим потолок» - заодно спросим, в какой цвет ребята хотят его покрасить и так далее. Такой прием позволяет развивать артистизм и способствует быстрому освоению движений танца. Практически все сольные танцы можно объяснить в образах. В дальнейшем простейшие танцевальные композиции, построенные на стилях танцев диско, хип-хоп, можно использовать вместо традиционной разминки. В разминку необходимо включать сложные элементы танцев, которые будут изучаться позже. При изучении парных танцев полезно строить упрощенные композиции со сменой партнеров, что позволит ускорить процесс освоения учебного материала и заодно сплачивает коллектив.

На каждом году обучения дети знакомятся с аналогичными темами, но с техническим усложнением танцевальной программы и рисунка танца.

В определенной последовательности изучаются:

- история и характер танца, особенности музыкального сопровождения;
- основные элементы, характеризующие танцы данной группы;
- сочетания движений танца, этюды, учебные комбинации и композиции танца.
- в конце каждого занятия необходимо повторять этюды, композиции или наиболее трудные для исполнения элементы танца по теме занятия.

Постановочная работа.

Цель постановочной и репетиционной работы: эстетическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей детей, понимание содержательности танцевального образа.

Задача педагога в процессе постановочной работы: воспитание детей в атмосфере творческой дисциплины, развитие активности и сознательности, ассоциативного мышления, пластической выразительности, выявление их артистических способностей, учитывая значение возрастных, индивидуальных психофизических возможностей исполнителей хореографической постановки.

Выбор танцевального репертуара коллектива строится с учетом воспитывающего и обучающего воздействия на личность ребенка.

Практические занятия.

Выбрать музыкальное произведение для постановочной работы с учетом возрастных и психологических особенностей воспитанников в коллективе.

Составить план и программу хореографической постановки.

Охарактеризовать будущую постановку исполнителям (рассказать о жанре, структуре музыки, сюжете танца и т.д.).

Выбрать исполнителей, определить цели и задачи в постановочной работе.

Прослушать музыкальное произведение, проанализировать характер, темп, ритм, построение музыкальных фраз.

Выявить актерское мастерство исполнителей.

В работе над образом в танце:

- изучить лексический хореографический материал, соблюдая специфику практического показа;
- выучить композицию постановки, используя предварительную этюдную работу;
- сохранить индивидуальность каждого исполнителя.

Провести репетиционную работу над хореографическим номером, используя методы и формы педагогической работы в хореографическом коллективе.

Репертуар танцев подбирается с учетом степени заинтересованности детей и полезности художественного и физического развития ребенка, желательно с элементами АФК.

В программу включены танцы различных стилевых направлений. Наша страна имеет богатое наследие постановочных танцев в бальной хореографии: бальные танцы народов СССР, историко-бытовые танцы, созданные талантливыми хореографами (Диментман И., Кусов И., Гавликовский Н., Жукова С. и др.).

На основе авторских вариаций педагог может давать упрощенные композиции танцев, что позволяет познакомить ребят с многообразием бальной хореографии. Наиболее сложные элементы танцев желательно включать в разминку, игру, что в дальнейшем значительно облегчит и ускорит восприятие нового материала. При изучении сольных танцев желательно задавать ролевые, сравнительные образы на группы движений, что поможет ребятам быстрее освоить заданный материал.

Педагог должен следить за физическим и психическим состоянием воспитанников на занятии, т.к. для каждого ребенка норма «полезной» нагрузки разная. В конце занятия необходимо повторить новый материал и дать детям упражнения на релаксацию. Немаловажную роль играет положительная оценка работы ребенка на занятии. Необходимо отмечать самый маленький успех в исполнении воспитанника, одновременно указывая на ошибки и недочеты.

Педагогические технологии. Наиболее эффективными являются:

- развивающее обучение;
- технология «обучение в сотрудничестве» (смена партнера, взаимообучение);
- здоровье сберегающая деятельность;
- арттерапия;
- информационно-коммуникационные технологии;
- разноуровневое обучение;
- технология использования в обучении игровых моментов;
- проведение интегрированных занятий.

Занятия могут состоять из следующих этапов:

- традиционная разминка (по тематике занятия) или разминка, с использованием ритмической гимнастики, элементов хореографического экзерсиса, элементов ритмических танцев с использованием АФК, упражнений статического напряжения;
- задания на пространственную ориентацию;
- разучивание элементов, этюдов, комбинаций, композиций танца;
- закрепление нового материала;
- отработки композиций танцев;
- релаксации.

Занятия строятся с использованием разнообразных приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса:

Словесный метод:

- рассказ педагога, объяснение,
- беседа,

- анализ музыкального произведения и др.

Словесные пояснения, сопровождающие показ, являются краткими, образными, четкими; они направляют внимание детей на правильное выполнение движения и на связь его с музыкой. Для выработки у детей четкости, осмыслинности движений применяются имитационные бытовые движения, сравнительные действия с миром природы. Таким образом, включаем ассоциативное мышление ребенка. Дети с ОВЗ обладают кратковременной памятью, и кратковременной способностью удерживать свое внимание на предмете. Как показывает практика одно и то же объяснение необходимо неоднократно повторять с разными бытовыми примерами и четкими позициями бальной хореографии.

Наглядный метод:

- показ, исполнение педагогом;
- просмотр видеоматериалов.

Показ играет в работе над движением огромную роль. Он применяется при освоении технических навыков, подготовительных упражнений. Показ упражнений, отдельных движений танцев и танцев в целом используется на протяжении всего процесса обучения.

Практический метод: тренинг.

Информация для использования в работе:

АФК - адаптивная физическая культура, это вид физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья.

Цель: максимально возможное развитие жизнеспособности человека за счет оптимального режима функционирования его телесно-двигательных характеристик и духовных сил.

Традиционные задачи АФК включают:

- образовательную;
- воспитательную;
- оздоровительную.

Основные понятия АФК:

- социализация (вовлечение в общественную жизнь), интеграция (оптим. связи м/у соц. институтами);
- коррекция (исправление);
- компенсация (замещение);
- профилактика (избегание);
- реабилитация (восстановление).

Реабилитация.

В зависимости от применяемых технологий: медицинская, психологическая, техническая, педагогическая.

В зависимости от охватываемых сфер жизнедеятельности: социально-трудовая, социально-бытовая, социально-культурная.

В зависимости от степени восстановления: первоначальная, элементарная, полная.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Буйлова Л.Н. Педагогические технологии в дополнительном образовании детей: теория и опыт. - М.: 2002.
2. Доронин А.М., Шевченко Л.Е. Ритмика в специальном образовании. – Майкоп: АГУ, 2004.
3. Даниленко И. и др. Педагог как практический психолог в системе дополнительного образования. – СПб: РИЦ ГОУ «СПб ГДТЮ», 2005.
4. Киселёва Е.В. Современные педагогические технологии в дополнительном образовании. - ИИЦ «Вектор +» МОУДОД «Центр внешкольной работы», 2009 г.
5. Колесникова А. Бал в России: XVIII начало XX века. - СПб: «Азбука - классика», 2005.
6. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. - М.: Советский спорт. 2001.
7. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии. – М.: «Искусство», 1979.
8. Лутков В.Ф. Спортивная медицина. - М.: Советский спор, 2005.
9. Методическая разработка и материалы к проведению занятий по ритмической гимнастике. - Л.: Педагогический ин-т им. Герцена, 1997.
10. Михайлова-Смольникова Е.С. История развития бального танца эпохи Возрождения. – СПб., 2010.
11. Мур А. Бальные танцы. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2004.
12. Основы подготовки специалистов – хореографов (хореографическая педагогика): Учебное пособие. – СПб: ГУП, 2006.
13. Перспективные направления и формы обучения танцам (Из опыта работы ведущих танцевальных объединений учителей танцев Великобритании) / Пер. Ю. Пин. – СПб: ЦНТИ, 1995.
14. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. - М.: ВЛАДОС. 2004. Регацционы Гвидо и др. Бальные танцы (учимся танцевать). – М.: АО «Бертельсманн Медиа», 2001.
15. Регацционы Гвидо и др. Латино-американские танцы (учимся танцевать). – М.: АО «Бертельсманн Медиа», 2001.
16. Силкин П.А. Педагогические приемы развивающие профессиональные данные в обучении искусству танца. – СПб: 2010.
17. Современный бальный танец / Под ред. В.М.Стриганова и В.И.Уральской. – М.: 1977.
18. Уолтер Лэрд. Техника латиноамериканских танцев (современный бальный танец). - Москва: Издательство «Артис», 2003.
19. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам: - СПб. 2011.
20. Федеральный закон от 22.08.2004 № 122-ФЗ.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ.

1. Волынский А.Л. Книга ликований: - М.: Артист. Режиссер театра. 1992.
2. Ги Дени, Люк Дассвиль. Все танцы. – Киев: 1983.
3. Гульянц. Сказка о Золушке, балете и музыке (или необыкновенные, но вполне вероятные приключения Золушки и сказки Ш.Перро). – М.: Советский композитор, 1972.
4. Демидов А. Большой театр под звездой Григоровича. – М.: 2011.
5. Еремина М. Роман с танцем. – М.: Танец, 1998.
6. Колесникова А. Бал в России: XVIII начало XX века. – СПб: Азбука-классика, 2005.
7. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца - М.: Просвещение, 1985.
8. Регацционы Гвидо и др. Бальные танцы (учимся танцевать). – М.: АО «Бертельсманн Медиа», 2001.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

1 год обучения

ЗАДАЧИ:

Обучающие:

- правила ориентирования в зале при перестройках;
- основные сведения о разучиваемых танцах, ритм, музыкальные акценты, характера танца;
- основные хореографические позиции ног (1-6);
- размер 4/4, счет «1», «3»;
- схемы танцевальных этюдов, композиций.

Развивающие:

- находить сильные доли такта;
- различать образность характера музыки и подчиняться ее ритму и темпу;
- исполнять танцевальные композиции из рекомендуемого репертуара;

Воспитательные:

- демонстрировать основные правила культуры поведения и этикета.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с содержанием образовательной программы. Цели и задачи первого года обучения. Требования к форме одежды: внешний вид, форма одежды. Роль танца в жизни человека. Приветствие.

Практика: Определение начального уровня физического развития. Танцевальная разминка. Разучивание приветствия.

2. Основы танцевально-ритмического движения

Теория. Музыкальные жанры. Характер музыки. Средства музыкальной выразительности. Тakt, музыкальная фраза, мелодия. Определение сильной доли такта. Понятие о музыкальном размере 4/4, 3/4. Понятия: осанка, баланс.

Практика. Упражнения и музыкальные игры, развивающие ритмический слух и координацию движения. Построения и перестройки в колоны, шеренги, повороты на месте, упражнения на ориентацию в танцевальном зале. Упражнения на варианты исполнения шагов, бега, танцевальных элементов в различных ритмах. Упражнения, направленные на укрепление мышечного аппарата. Волновые действия корпуса.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, на базе танцевально-ритмических движений, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы не прописываются).

3. Основы классической хореографии

Теория. История возникновения танцев. Танцевальная азбука: позиций ног, рук и корпуса. Особенности исполнения движений классических танцев, основных положений корпуса.

Практика. Работа над постановкой корпуса: изучение позиций ног (1, 2, 6 - бытовые), изучение основных позиций и положений рук (подготовительная, 1, 2, 3), при исполнении танцевальных «па», варианты простых *pas de bras* с вытянутыми руками. Постановка корпуса: упражнения на ассоциациях, работа с предметами. Упражнения нанатянутость ног.

4. Массовые танцы

Теория. История развития массовой танцевальной культуры. Особенности построения и исполнения массовых, ритмических композиций и линейных танцев. Правила исполнения элементарных (основных) танцевальных движений характерных для большинства танцевальных композиций.

Практика. Элементарные (основные) танцевальные движения характерные для большинства танцевальных композиций, с различным ритмом и длительностью. Музыкальные игры и упражнения с различными видами танцевального шага и координацией движений,

согласованной с музыкальным сопровождением. Упражнения для освоения элементов и основных движений изучаемых танцев. Линейные танцы на диско элементах. Круговые массовые танцы. Парные массовые танцы.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке (на базе подготовительных танцевальных элементов). Релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы не прописываются).

5. Развивающие этюды и композиции.

Теория. Понятие «историко-бытовые танцы», их особенности - ритмические, стилистические, характер исполнения, манера. Название элементов и фигур танца. Характеристика музыкального сопровождения танца, музыкальный ритм, базовые элементы фигуры, этюды и композиции. Понятие импровизации.

Практика. Подготовительные упражнения для отработки основных элементов танцев. Работа над простыми танцевально-ритмическими этюдами и композициями на основе пройденных движений. Импровизации на заданную музыку и создание образа.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке (на базе подготовительных танцевальных элементов). Релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы не прописываются).

6. Постановочная, репетиционная деятельность

Репертуар постановок подбирается в соответствии с физическими возможностями обучаемых. Разучиваются простые танцевально-ритмические комбинации и танцевальные этюды на основе пройденных движений. Музыкальное сопровождение должно соответствовать детской тематике и иметь четко выраженное квадратное построение.

Теория. Сюжетная линия постановки. Разбор музыкального сопровождения, ритмические акценты. Характер музыки. Средства музыкальной выразительности, динамические оттенки. Характеристика образов, рисунок композиции. Индивидуальность, характер исполнения.

Важность творческого настроя в постановочном процессе. Репетиционный процесс и его результат.

Практика. Развитие выразительности и музыкальности. Постановка новой хореографической композиции. Соединение движений, этюдов в танцевальные композиции. Разучивание схемы, отработка технического исполнения. Репетиционная работа над текущим репертуаром.

Индивидуально-групповая работа для отработки репертуара. Совершенствование технического исполнения.

Упражнения для разогрева мышечного корсета. Релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы не прописываются).

7. Контрольные занятия (в том числе, промежуточная аттестация)

Практика: Опрос «Терминологические названия танцевальных упражнений». Показ танцевальных этюдов.

8. Итоговое занятие

Практика. Подведение итогов года. Музыкальные игры, танцы со сменой партнеров.

Примерный репертуар:

1. Классический этюд «Бабочки»
2. Русский танец «Барыня»
3. Современный танец «Маленькие звезды»
4. Народно-стилизованный танец «В роще калина»

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

➤ Предметные:

- правила ориентирования в зале;
- основные сведения о разучиваемых танцах;
- ритм, музыкальные акценты, характер танца;
- основные хореографические позиции ног, рук.

➤ *Метапредметные:*

- строится в шеренгу и колонну;
- выполнять перестроения под музыкальное сопровождения;
- различать образность характера музыки и подчиняться ее ритму и темпу;
- исполнять композиции из рекомендованного танцевального репертуара.

➤ *Личностные:*

- демонстрировать основные правила культуры, поведения и этикета.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

2 год обучения

ЗАДАЧИ:

Обучающие:

- основные сведения о разучиваемых танцах;
- правила определения музыкальных акцентов, сильные доли такта;
- схемы этюдов и фигур изучаемых танцев.

Развивающие:

- находить акценты музыкального произведения;
- исполнять гармоничные движения рук и корпуса (координация движения);
- передавать характер исполняемых танцев в соответствии с музыкой.

Воспитательные:

- правила поведения и танцевального этикета;
- принимать участие в жизни коллектива;
- принимать участие на различных фестивалях, мероприятиях дома творчества, конкурсах.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие.

Теория. Правила охраны труда. Задачи 2 года обучения. Здоровый образ жизни. Влияние занятий танцами на здоровье человека.

Практика. Музыкально-танцевальные игры. Оценка физического состояния обучающихся.

2. Основы танцевально-ритмического движения.

Теория. Метроритм, деление доли, музыкальные акценты. Тakt, музыкальная фраза, мелодия. Понятие о музыкальном размере $2/4$, $3/4$, $1/8$. Сильные – слабые доли такта. Взаимодействие в паре.

Практика. Упражнения, развивающие ритмический слух и координацию движения: со счетом во время исполнения элементов танца, тактированием на шагах, хлопках, дирижерском жесте. Прослушивание и разбор музыкальных отрывков. Задания на определение характера и динамических оттенков музыки и музыкальных акцентов. Работа над развитием чувства ритма. Упражнения на развитие чувства ритма: сочетание хлопков и притопов, сочетание прыжков и шагов. Упражнения направленные на укрепление мышечного аппарата, упражнения статического напряжения. Упражнения на развитие координации движения, ориентации в танцевальном зале. Нахождение и смена основных линий танца. Работа над умением ориентировать в пространстве: прочёсы, змейка, до за до. Маршевые перестроения в колонах и шеренгах, цепочкой, в круг. Волновые обратные действия корпуса. Строевой поворот через каблук

Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве:

- варианты ходьбы по диагонали, по кругу (с различной работой стопы);
- танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях.

Позиции в паре: открытая, закрытая, бок-о-бок, теневая.

Релаксация: на расслабление и восстановление дыхания.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы непрописываются).

3. Основы классической хореографии

Теория. Постановка корпуса. Правила исполнения элементов экзерсиса: позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3), ног (1, 2, 6, 3), деми-пле (полуприседание по 1,2,3,4,5 позициям), рон де жамб партер (круговое движение ногой по полу), батман тандю (вытягивание ноги на носок от 1 позиции), батман жете (выбрасывание ноги с первой позиции в сторону - вперед, в сторону - назад), сюр ле ку де пье (положение ноги на щиколотке), пассе (проходное движение), релеве лан (поднимание ноги на 45° в сторону с 1

позиции), батман фраппе (ударный бросок в сторону), пор де бра (упражнения для рук, головы и корпуса). Метроритм, музыкальные акценты.

Практика. Работа над постановкой корпуса: изучение 3 позиции ног. Изучение положения рук. Танцевальные элементы: а) шаг с plie; б) double шаг с plie; в) pas полонеза; г) pas польки. Подготовительные упражнения экзерсиса хореографии: деми-пле, рон де жамб партер, батман тандю, батман жете, сюр ле ку де пье, пассе, батман фраппе, пор де бра. Элементы экзерсиса с построением, ориентацией по основным линиям танца. Работа над основными движениями историко-бытовых и народно-характерных танцев, базовыми танцевальными шагами и упражнениями. Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы не прописываются).

4. *Массовые танцы.*

Теория. История и название танца, музыкальный ритм, базовые элементы, порядок исполнения фигур, характер исполнения. Метроритм, музыкальные акценты.

Практика. Упражнения для отработки основных элементов танцев, вариации на фигурах изучаемых танцев из рекомендуемого репертуара танцев (1-2 танца за учебный год).

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы непрописываются).

5. *Развивающие этюды и композиции*

Теория. История и название танца, музыкальный ритм, базовые элементы, порядок исполнения фигур, характер исполнения. Исходное положение в танце. Основные позиции парного танца. Постановка корпуса в историко-бытовых танцах. Приглашение и поклон в танце, варианты исполнения.

Практика. Упражнения для отработки основных элементов танцев: па польки, шаг глиссад, баланс, баланс-менуэт, па польки с подскоком, галоп, беговой шаг, бег с подскоком, этюды и композиции изучаемых танцев. Работа над основными позициями парного танца. Постановка корпуса в историко-бытовых танцах. Приглашение и поклон в танце, варианты исполнения. Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы не прописываются).

6. *Постановочная, репетиционная и концертная деятельность*

Репертуар постановок подбирается в соответствии с физическими возможностями обучающихся.

Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста, квадратное построение музыкальных фраз. При продвинутом классе возможна постановка полонеза с простым рисунком.

Теория. История и название танца, музыкальный ритм, базовые элементы, порядок исполнения фигур, характер исполнения. Взаимодействие в паре, игровой момент, артистизм. Индивидуальность и характер исполнения. Разводка по основным линиям танца.

Практика. Разучивание постановочных танцев. Совершенствование технического исполнения. Репетиции. Прогоны. Отработка схем постановочных танцев на базе основных фигур и элементов танцев из рекомендуемого репертуара. Соединение в единое целое разрозненных танцевальных фигур. Подбор музыки, согласование основных элементов танца под акценты музыкального сопровождения. Развитие артистических способностей. Тренинг и игры на эмоциональное закрепление. Упражнение на развитие сценического внимания. (2-3 танца за учебный год). Индивидуально-групповая работа для отработки репертуара.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы непрописываются).

7. *Контрольные занятия (в том числе, промежуточная аттестация)*

Практика: Опрос «Терминологические названия танцевальных упражнений». Показ танцевальных этюдов, танцев. Показательные выступления.

8. *Итоговое занятие*

Практика. Подведение итогов года. Музыкальные игры, танцы со сменой партнеров.

Примерный репертуар:

1. Вальс «Адажио»
2. Русский танец
3. Полька
4. Хоровод

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, получаемые учащимися в результате освоения программы:

➤ Предметные:

- основные сведения о разучиваемых танцах;
- схемы этюдов и фигур изучаемых танцев.

➤ Метапредметные:

- передавать характер исполняемых танцев в соответствии с музыкой;
- исполнять поставленные педагогом танцевальные композиции.

➤ Личностные:

- правила поведения и танцевального этикета;
- принимать участие в различных мероприятиях, конкурсах, фестивалях.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

3 год обучения

ЗАДАЧИ:

Обучающие:

- основные сведения о разучиваемых танцах;
- правила определения музыкальных акцентов, начало и конец музыкальной фразы;
- схемы этюдов и фигур изучаемых танцев.
- позиции рук, ног.

Развивающие:

- находить акценты музыкального произведения;
- исполнять гармоничные движения рук и корпуса (координация движения);
- передавать характер исполняемых танцев в соответствии с музыкой.

Воспитательные:

- правила поведения и танцевального этикета;
- принимать участие в жизни коллектива;
- принимать участие на различных фестивалях, мероприятиях дома творчества, конкурсах.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие.

Теория. Инструктаж по охране труда. Задачи на учебный год.

Практика. Исполнение простых танцевальных этюдов.

2. Основы танцевально-ритмического движения.

Теория. Метроритм, гуапачо ритм (деление основных долей такта), музыкальные акценты. Затакт, такт, музыкальная фраза, мелодия. Музыкальные размеры $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$, $\frac{2}{4}$. Сильные – слабые доли такта. Основные линии ориентации в зале при исполнении парных и сольных танцев.

Практика. Упражнения, развивающие ритмический слух и координацию движения: со счетом и тактированием во время исполнения фигур и элементов танца. Прослушивание и разбор музыкальных отрывков. Задания на определение характера и динамических оттенков музыки, метроритма, акцентов. Упражнения на укрепление мышечного аппарата, упражнения статического напряжения. Нахождение и смена основных линий танца. Упражнения на развитие координации движения, ориентации в танцевальном зале. Фигурная маршировка. Волновые прямые, обратные и диагональные действия тела.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы непрописываются).

3. Основы классической хореографии.

Теория. Основы бальной хореографии (бальной-классической, особенности исполнения). Постановка корпуса. Правила исполнения элементов бального экзерсиса: позиции рук и ног (1,2,3,4,6). Элементы бального экзерсиса Постановка корпуса, рамка пары и основные позиции в паре. Определение основных линий направления движения в танцах.

Практика. Упражнения на закрепление исполнения бального экзерсиса: для рук и ног (по 1,2,3,4 и бпозициям), деми-пле, батман, ревеле, пор де бра. Работа над основными движениями классических и народно-характерных танцев, основными танцевальными шагами и упражнениями. Метроритм, деление доли, акценты. Элементы комбинированных танцев по 3 позиции: дорожка вперед-назад, вальсовые повороты вправо-влево, связующие повороты, баланс вперед-назад и вправо-влево, дозадо. Элементы русского танца: тройной шаг, переменный шаг, припадания, шаг с приставкой, каблучный шаг, шаркающий шаг, каблучный, дробный, тройной притоп, баланс, русский переменный шаг, моталочка. Работа над основными движениями классических и народно-характерных танцев, основными танцевальными шагами и упражнениями.

Упражнения на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы не прописываются).

4. *Массовые танцы.*

Теория. История и название танца, метроритм, базовые элементы, порядок исполнения фигур, характер исполнения.

Практика. Упражнения для отработки основных элементов ритмических танцев, вариации на фигурах изучаемых танцев из рекомендуемого репертуара (1-2 танца за учебный год).

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы непрописываются).

5. *Развивающие этюды и композиции*

Теория. История и название танца, музыкальный ритм, базовые элементы, порядок исполнения фигур, характер исполнения. Постановка корпуса, рамка пары и основные позиции в паре, используемые в парных танцах. Ориентация в зале, определение основных линий направления движения в парных танцах.

Практика. Работа над постановкой корпуса, рамки пары, основных позиций в паре при исполнении фигур танца. Ориентация в зале, определение основных линий направления движения в танце. Упражнения и этюды для отработки основных элементов танцев. Этюды композиции изучаемых танцев из рекомендуемого репертуара.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы непрописываются).

6. *Постановочная, репетиционная и концертная деятельность.*

Репертуар постановок подбирается в соответствии с физическими возможностями обучаемых.

Теория. Анализ структуры хореографического номера. История и название танца, музыкальный ритм, базовые элементы, порядок исполнения фигур, характер исполнения. Взаимодействие в паре, игровой момент, артистизм. Индивидуальность пары и характер исполнения. Разводка по основным линиям танца.

Практика. Разучивание постановочных танцев. Репетиционная работа над текущим репертуаром. Прогоны. Развитие артистических способностей. Тренинг и игры на эмоциональное раскрепощение. Упражнение на развитие сценического внимания. Подбор музыки, постановка элементов под основные акценты музыкального сопровождения. Соединение в композицию изучаемых танцевальных элементов и фигур. Различные варианты характера исполнения и сценического образа. Создание образа, передача характера танца. (2-3 танца за учебный год).

Индивидуально-групповая работа для отработки репертуара и совершенствования технического исполнения.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке, релаксация: дыхательные и восстановительные упражнения (в содержании программы непрописываются).

7. *Контрольные занятия (в том числе, подведение итогов реализации программы)*

Практика. Опрос «Терминологические названия танцевальных упражнений». Показательные выступления.

8. *Итоговое занятие*

Практика. Подведение итогов обучения. Музыкальные игры, танцы со сменой партнеров.

Примерный репертуар:

1. Сюжетный танец «Алые паруса»
2. Стилизованный танец «За околицей»
3. Бальный танец «Латино»

Тематическое планирование.

№ п/п	Разделы	Тематическое планирование		
		1 год	2 год	3 год

1	Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1	1	1
2	Танцы народов мира.	8	8	5
3	Танец сегодня.	20	-	7
4	Игровые технологии.	20	24	10
5	Интегрированные занятия.	8	8	-
6	Интегрированное занятие: "Фентази-данс" с элементами импровизации.	10	-	8
7	Ритмика.	30	10	14
8	Репитиционно - постановочная работа.	81	137	118
9	Азбука классического танца.	20	20	20
10	Индивидуальные занятия.	-	-	24
11	Итоговые занятия и досуговые мероприятия.	6	8	9
	Всего:	144	216	216

V. Учебно-тематическое планирование на 3 года обучения.

Учебно-тематический план 1 года обучения.

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	<i>Вводное занятие.</i>	1	1	-
2	<i>Танца народов мира.</i>	8	7	1
2.1	Танец как вид искусства.	1	1	-
2.2	История балетного искусства.	1	1	-
2.3	Классический этюд «Бабочки»	2	1	1
2.4	Современный танец «Маленькие звезды»(Латино)	1	1	-
2.5	Русские народные танцы.	1	1	-
2.6	Хоровод. Рисунки хоровода.	1	1	-
2.7	Оркестр. Вальс!	1	1	-
3	<i>Танец сегодня.</i>	20		
3.1	Разновидности танцев	5	3	2
3.2	Свободная пластика как индивидуальный танец	5	1	4
3.3	Групповой, парный и сольный танец	5	-	5
3.4	Сюжетный танец	5	-	5
4	<i>Игровые технологии.</i>	20	-	20
4.1	Мумия. Я умею так (координация движения).	4	-	4
4.2	Смешной хомячок. Подражаем животным (актерское мастерство).	4	-	4
4.3	1,2,3 - фигура... замри (на воображение).	3	-	3
4.4	Меня зовут (на воображение).	3	-	3
4.5	Хлопаем в ладоши. Вернуть обратно (развитие чувства ритма).	4	-	4
4.6	Подари улыбку. Какая рука у соседа (повышение позитивного настроения).	2	-	2
5.	<i>Интегрированные занятия.</i>	8	-	8
5.1	Белоснежка и семь гномов.	2	-	2
5.2	Фантазии-данс	2	-	2
5.3	Кот Леопольд и лапки-царапки.	2	-	2
5.4	Лесное царство.	2	-	2
6	<i>Интегрированное занятие: "Фентази-данс" с элементами импровизации.</i>	10		
6.1	Игры на актерское мастерство	4	-	4
6.2	Пластические этюды в партнере	4	-	4
6.3	Свободная импровизация от разножанровой музыки	2	-	2
7	<i>Ритмика.</i>	30		

7.1	Понятие такт, затакт, темп и ритм.	2	-	2
7.2	Простейшие перестроения, линия, круг.	4	-	4
7.3	Сложные перестроения. Упражнения на пространственные ориентировки.	8	-	8
7.4	Упражнения с музыкальными инструментами.	8	1	7
7.5	Упражнения с произнесением речёвок.	2	-	2
7.6	Ритмические комбинации в парах.	4	-	4
7.7	Составление ритмических рисунков	2	-	2
8	<i>Репетиционная-постановочная работа.</i>	81	2	79
8.1	Постановка, изучение танца.	46	2	44
8.2	Отработка движений танца.	20	-	20
8.3	Общеразвивающие упражнения.	10	-	10
8.4	Работа с отстающими.	5	-	5
9	<i>Азбука классического танца.</i>	20	4	16
9.1	Позиции рук и ног.	2	1	1
9.2	Plie. Releve.	2	1	1
9.3	Post de bras. Battemen.	3	1	2
9.4	Grand plie.	2	1	1
9.5	Исполнение классического экзерсиса.	11	-	11
11	<i>Итоговые занятия и досуговые мероприятия.</i>	6	-	6
11.1	Концертно-игровая программа: "Танцевальная битва".	1	-	1
11.2	Дк	1	-	1
11.3	Досуговое мероприятие: "Рождественские посиделки" .	1	-	1
11.4	Концертная деятельность.	3	-	3

Учебно-тематический план 2 года обучения.

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	<i>Вводное занятие.</i>	1	1	-
2	<i>Танцы народов мира.</i>	8	7	1
2.1	Чарльстон. Твист.	1	-	-
2.2	Греческий танец.	1	-	-
2.3	Полька. Краковяк.	1	-	-
2.4	Особенности восточного танца. Сирия.	1	-	-
2.5	Русские народные танцы	1	-	-
2.6	Европейский танец.	1	-	-
2.7	Ритмы на бубнах. Элементы телесной перкуссии.	1	1	1
4	<i>Иговые технологии.</i>	24	-	24
4.1	Ласточка. Аист (на координацию движений).	4	-	4
4.2	Восточный танец (на воображение).	3	-	3
4.3	Изгиб. Ромашка (познавательные игры).	6	-	6
4.4	Портрет. Музыкальный теремок.	5	-	5
4.5	Пропоем, прохлопаем любимую мелодию (развитие слуха).	4	-	4
4.6	Колокол. Великий мастер (снятие внутренних зажимов).	2	-	2
5	<i>Интегрированные занятия.</i>	8	-	8
5.1	Бал-маскарад.	2	-	2
5.2	В гости к вам пришла Снегурочка.	1	-	1
5.3	Весеннее журчание в классической музыке.	2	-	2
5.4	Нарисуй. Одень. Станцуй.	2	-	2
5.5	Снежинки причудливый узор.	1	-	1
7	<i>Ритмика.</i>	10	4	6
7.1	Понятие "легато" и "стаккато" .	1	1	-

7.2	Ритм. Акцент.	3	2	1
7.3	Темп. Характер.	3	1	2
7.4	Разбор музыкальных произведений.	3	-	3
8	<i>Репетиционно-постановочная работа .</i>	126	2	124
8.1	Постановка, изучение танца.	40	5	35
8.2	Отработка движений танца.	60	-	60
8.3	Общеразвивающие упражнения.	20	-	20
8.4	Работа с отстающими.	5	-	5
9	<i>Азбука классического танца.</i>	20	6	14
9.1	Grand battement.	4	2	2
9.2	Rond de jambe.	4	2	2
9.3	Arabesque.	4	2	2
9.4	Исполнение классического экзерсиса.	8	-	8
11	<i>Итоговые занятия и досуговые мероприятия.</i>	8	-	8
11.1	Викторина: "Путешествие в мир танца".	1	-	1
11.2	Отражение слов.	1	-	1
11.3	Участие в мероприятиях	3	-	3
11.4	Концертная деятельность.	3	-	3

Учебно-тематический план 3 года обучения.

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	<i>Вводное занятие.</i>	1	1	-
2	<i>Танцы народов мира.</i>	5	4	1
2.1	Виды русского народного танца.	2	1	1
2.2	Традиционный русский народный костюм.	1	1	-
2.3	Айседора Дункан и танец "модерн".	1	1	-
2.4	Все о рок-н-ролле.	1	1	-
3	<i>Танец - сегодня.</i>	7	7	-
3.1	Жизненная энергия - шоу балет "Тодес".	1	1	-
3.2	Вечернее танго в Буэнос-Айресе.	1	1	-
3.3	Если болезнь нельзя вылечить, то ее...	1	1	-
3.4	Две грани искусства.	1	1	-
3.5	Учитель танцев.	1	1	-
3.6	Екатерина Максимова.	1	1	-
3.7	Фольклорные, хореографические коллективы Твери и Тверской области	1	1	-
4	<i>Игровые технологии.</i>	10	-	10
4.1	Дискоимпровизация (игра-загадка).	2	-	2
4.2	Рок-н-ролл, танец (на координацию движения).	2	-	2
4.3	Память движений.	1	-	1
4.4	Постановка жеста (на воображение).	1	-	1
4.5	Я в музыке услышу кто ты, что ты? (развитие чувства ритма).	2	-	2
4.6	Пожелание в кругу. Комplименты (сплочение коллектива).	2	-	2
6	<i>Интегрированное занятие "Фентази-Данс" с элементами импровизации.</i>	8	-	8
6.1	Импульс времени (новинки музыки, хореографии в России и странах Европы).	2	-	2
6.2	Танцевальная мозаика: "За волшебной дверью".	2	-	2
6.3	Трансформация.	2	-	2
6.4	Вспомогательные моменты для создания образов.	2	-	2

7	<i>Ритмика.</i>	14	5	9
7.1	Затакт. Динамические оттенки.	3	2	1
7.2	Строение музыкального произведения.	2	1	1
7.3	Передача динамических оттенков в движениях новых танцев.	5	1	4
7.4	Слушание и анализ мелодий для новых танцев.	4	1	3
8	<i>Репетиционно-постановочная работа.</i>	108	-	108
8.1	Постановка и изучение танцев.	50	-	50
8.2	Общеразвивающие упражнения.	20	-	20
8.3	Отработка движений танца.	38	-	38
9	<i>Азбука классического танца.</i>	20	3	17
9.1	Основные классические движения Allegro.	3	2	1
9.2	Закрепление и усовершенствование исполнения классического экзерсиса.	14	-	14
9.3	Включение прыжковой комбинации в экзерсисе.	3	1	2
10	<i>Индивидуальные занятия.</i>	22	2	20
10.1	Постановка, изучение сольного танца.	16	2	14
10.2	Отработка сложных моментов танца.	4	-	4
11	<i>Итоговые занятия и досуговые мероприятия.</i>	9	-	9
11.1	Концертная деятельность.	3	-	3
11.2	Танцевальный баттл.	3	-	3
11.3	Итоговое занятие.	1	-	1
11.4	Итоговая конкурсно-игровая программа: "На танцевальной орбите?".	1	-	1
11.5	Танцевально – игровая программа: "Веселая пара".	1	-	1
11.2	Итоговое занятие: «Свобода в движении».	4	-	4
11.3	Итоговое занятие: "Страна волшебная".	1	-	1
11.4	Итоговое занятие: "Круглый стол вопросов и ответов".	1	-	1