

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название разделов программы** | **страницы** |
| **1.** | **Введение……………………………** | **3** |
| **2.** | **Пояснительная записка………….** | **3** |
| **3.** | **Учебный план……………………….** | **10** |
| **4.** | **Учебно-тематический план………...** | **10** |
| **5.** | **Содержание программы……………** | **12** |
| **6.** | **Список литературы……………….** | **27** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

**ВВЕДЕНИЕ**

Искусство хореографии основано на музыкально ­ организованных, условных, образно ­ выразительных движениях человеческого тела. В том, как человек движется, жестикулирует и пластически реагирует на действия других, выражаются особенности его характера, строй чувств, своеобразие личности. Танец привлекает богатой возможностью пластического самовыражения, формирования прочных навыков культуры общения, способностью вселять в человека бодрость, оптимизм, уверенность в себе. Помогает быть духовно и физически красивым, способствует развитию таких качеств, как эмоционально ­ творческая активность. Хореография, как синтетический вид искусства, гармонически развивает личность. Личность в свою очередь, несет обществу знания культуру общения, становится пропагандистом танцевального искусства.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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 для детей с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов) означает, что им создаются условия для вариативного вхождения в те или иные детско ­ взрослые сообщества, позволяющие им осваивать социальные роли, расширять рамки свободы выбора (социальные пробы) при определении своего жизненного и профессионального пути. При помощи хореографии дети с РАС приобщаются к искусству, музыке, творчеству. Воздействуя на эмоционально ­ чувственную сферу ребёнка, музыка и танец оказывает влияние на процессы воспитания духовности, культуры чувств. Огромные возможности в развитии интеллекта, физического и психического здоровья, культуры, нравственности заложены в синтезе танца, музыки, игры и пластичных движений. Для творческого развития детей с ограниченными возможностями здоровья были разработаны занятия по хореографии, учебно ­ тренировочный материал, музыкально ­ подвижные и творческие игры, поскольку они развивают зрительно ­ пространственные ориентировки, творческое мышление, воображение, коммуникативные навыки, что способствует адаптации в детском коллективе, самореализации в обществе. Кроме того, в творческой деятельности используются раздаточные материалы: бубны, обручи, султанчики, платочки, ленточки и т.д. У детей развивается творческое начало, пробуждается интерес к обучению. К тому же это несет в себе массу положительной энергии.

Адаптированная дополнительная образовательная (общеразвивающая) программа «Ритмика и танец» разработана с учетом Конвенции ООН о правах инвалидов, Конвенции ООН о правах ребёнка, в соответствии со следующими нормативно ­ правовыми документами: Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации», СанПиН 2.4.2.282110 «Санитарно ­ эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями, утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 г. № 81); с учетом образовательных потребностей и запросов обучающегося с ОВЗ и его родителей. В нескольких статьях ФЗ N 273 говорится об организации образования лиц с ОВЗ и с инвалидностью, и даже предусмотрена отдельная статья, регламентирующая организацию получения образования лицами с ОВЗ, 79. Частью 16 статьи 2 ФЗ N 273 впервые в российской законодательной практике закреплено понятие "обучающийся с ограниченными возможностями здоровья", которым определяется физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого ­ медико ­ педагогической комиссией (далее ­ ПМПК) и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

С ребенком с ОВЗ в рамках реализации программы работает педагог дополнительного образования и тьютор. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа имеет спортивно-оздоровительную направленность и стартовый уровень. Она построена таким образом, чтобы дети могли систематически и регулярно в течение всего учебного процесса погружаться в мир музыки, красивых пластичных и ритмичных движений, при этом общаться, а также выдумывать свои «маленькие танцы».

**Актуальность программы** обусловлена тем, что используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей с РАС. Музыке отводится ведущая роль, а движение рассматривается как проявление эмоций, связанных с музыкальным образом, как средство усвоения музыкальных закономерностей. Несомненно, что такая программа как никому другому нужна детям–инвалидам и детям с ограниченными возможностями здоровья. **Новизна программы** заключается в том, что она является симбиозом гимнастики, пластики, танца, музыкально ­ ритмических игр, физического развития и развития творческого воображения. Развитие эмоциональной сферы достигается музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, образными упражнениями, сюжетными композициями. На каждом занятии перед выполнением игр и упражнений, с детьми повторяются правила техники безопасности и поведения при передвижениях по залу, при использовании атрибутов для игр и танцев.

**Педагогическая целесообразность** дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы определена тем, что она способствует всестороннему развитию ребенка. Такой вид активности способствует также социально ­ эмоциональному развитию ребенка, познанию себя и других людей, определению своей позиции в обществе. В форме игры ребенок вовлекается в новую для него деятельность без психологического стресса.

**Принципы обучения по программе:**

 доступность;

 наглядность;

 последовательность;

 от простого к сложному;

 системность знаний;

 воспитывающая и развивающая направленность;

 активность и самостоятельность;

 учет возрастных и индивидуальных особенностей.

**Цель программы:** ­ коррекция и развитие психомоторных способностей средствами музыкально­ двигательной и пластической деятельности.

**Задачи программы:**

­ способствовать овладению определенными видами двигательно-моторной деятельности, укреплению костно ­ мышечной системы;

­ развивать психические функции (зрительное, слуховое восприятие, память, внимание);

­ формировать навыки ориентирования в пространстве;

­ осуществлять эстетическое и нравственное развитие, используя методические приемы обучения и организацию среды (дидактические пособия, музыкальное сопровождение и др.);

­ активизировать потенциальные творческие способности, побуждая детей к инициативе, импровизации и др.);

­ формировать базу социализации с помощью упражнений, имитирующих бытовые действия, обыгрывания сценок из жизни и т.д.

Специальные образовательные условия:

­ преобладание практического способа обучения;

­ пошаговое инструктирование при выполнении отдельных операций;

­ использование адаптированных наглядных пособий;

­ дополнительная визуальная поддержка;

­ разделение изучаемого материала на небольшие логические блоки, большее количество повторений для его усвоения;

­ увеличение доли конкретного материала;

­ уменьшение количества одновременно предъявляемых для восприятия объектов;

­ создание условий для генерализации навыков (переноса усвоенного в процессе обучения материала на сходные объекты, в другие ситуации);

­ разработка алгоритмов организации самостоятельных практических работ с комментариями;

­ использование памяток, наглядных алгоритмов;

­ специальное развитие мелкой моторики;

­ профилактика утомляемости рассеивания внимания;

­ использование методов поощрения, направленных на формирование мотивации, положительного отношения к выполняемой деятельности. **Адаптированные методики и программы:**

 методы альтернативной коммуникации;

 элементы проектного подхода;

 элементы двигательной (физической) терапии;

 TEACCH ­ программа;

 ABA ­ терапия;

 Эмоционально ­ уровневый подход;

 Методы игротерапии.

Особые образовательные потребности обучающихся с РАС включают общие, свойственные всем детям с ОВЗ, и специфические:

­ в получении специальной помощи средствами образования сразу же после выявления первичного нарушения развития;

­ в обеспечении преемственности между дошкольным и школьным образованием как условия непрерывности коррекционно ­ развиваюшего процесса;

­ в получении начального общего образования в условиях образовательных организаций общего или специального типа, адекватного образовательным потребностям обучающегося и выраженности задержки психического развития;

­ в обеспечении коррекционно ­ развивающей направленности обучения в рамках основных образовательных областей;

­ в организации процесса обучения с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с РАС ("пошаговом" предъявлении материала, дозированной помощи взрослого, использовании специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающегося, так и компенсации индивидуальных недостатков развития);

­ в обеспечении непрерывного контроля за становлением учебно-познавательной деятельности обучающегося;

­ в обеспечении особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы (ЦНС) и нейродинамики психических процессов у обучающихся с РАС;

­ в постоянном стимулировании познавательной активности, побуждении интереса к себе, окружающему предметному и социальному миру;

­ в постоянной помощи в осмыслении и расширении контекста усваиваемых знаний, в закреплении и совершенствовании освоенных умений;

­ в специальном обучении "переносу" сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;

­ в развитии и отработке средств коммуникации, приемов конструктивного общения и взаимодействия (с членами семьи, со сверстниками, с взрослыми), в формировании навыков социально одобряемого поведения, максимальном расширении социальных контактов;

­ в обеспечении взаимодействия семьи и образовательной организации (организации сотрудничества с родителями, активизации ресурсов семьи для формирования социально активной позиции, нравственных и общекультурных ценностей).

**Условия реализации программы.**

Количество детей в группах 1 - 3 человек.

Возраст детей 8-12 лет.

Срок реализации программы – 1 год.

**Организационно-педагогические основы обучения**.

Количество занятий в неделю – 2

Длительность занятия – 30 минут

Всего часов в неделю – 2 часа

Всего часов в год - 72 часа

**Формы занятий:**

 групповые занятия;

 соревнования;

 занятие ­ концерт;

 занятие ­ фантазия;

 занятие ­ путешествие;

 занятие ­ игра;

 занятие ­ прогулка.

**Формы подведения итогов и контроля**

За период обучения воспитанники получают определенный объем знаний и умений, качество которых периодически проверяется. Для этой цели проводится:

 итоговое занятие по полугодиям;

 открытые занятия;

 конкурс на лучшее исполнение танцев и движений;

 фестиваль танцев;

 концерт для родителей.

**Прогнозируемый результат и методы его диагностики (контроля)**.

По итогам учебного года обучающиеся должны **знать:**

 назначение танцевального зала и правила поведения в нём;

 понятие о круге, линии;

 правила постановки корпуса;

 названия основных движений и порядок их выполнения.

**уметь:**

 ориентироваться в зале, выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку;

 ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки;

 различать и передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз;  выполнять пружинящие движения, выставлять ногу поочередно на носок и пятку, делать шаг на всей стопе с продвижением вперед и в кружении;

 двигаться поскоками, бегом с высоким подъемом ног;

 передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;

 в музыкально ­ подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры).

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **Кол-во часов** | **теория** | **практика** |
| 1. | Введение | 2 | 1 | 1 |
| 2. | Азбука музыкального движения | 14 | 2 | 12 |
| 3. | Пластика и гимнастика | 18 | 4 | 14 |
| 4. | Техника танца | 22 | 5 | 17 |
| 5. | Основы актерского мастерства | 15 | 3 | 12 |
| 6. | Итоговое занятие | 1 | - | 1 |
|  | Итого: | 72ч. | 15ч. | 57ч. |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы и раздела** | **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **Введение** | **2** | **1** | **1** |
| **2.** | **Азбука музыкального движения** | **14** | **2** | **12** |
| 2.1 | Упражнения для согласования движений с музыкой. | 4 | - | 1 |
| 2.2 | Музыкальные навыки. | 5 | 1 | 4 |
| 2.3 | Музыкально ­ ритмические игры и упражнения. | 5 | 1 | 4 |
| **3.** | **Пластика и гимнастика** | **18** | **4** | **14** |
| 3.1 | Общеразвивающие упражнения без предмета. | 3 | 1 | 2 |
| 3.2 | Общеразвивающие упражнения с предметами. | 3 | 1 | 2 |
| 3.3 | Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки. | 2 | - | 2 |
| 3.4 | Партерный тренаж. | 4 | 1 | 3 |
| 3.5 | Упражнения для развития мышечной силы и гибкости. | 3 | 1 | 2 |
| 3.6 | Игры – превращения. | 3 | - | 3 |
| **4.** | **Техника танца** | **22** | **5** | **17** |
| 4.1 | Осанка – основа хореографического воспитания детей. | 4 | 1 | 3 |
| 4.2 | Хореографические упражнения. | 4 | 1 | 3 |
| 4.3 | Танцевальные шаги. | 4 | 1 | 3 |
| 4.4 | Танцевальный калейдоскоп. | 6 | 1 | 5 |
| 4.5 | Композиции и комплексы упражнений. | 4 | 1 | 3 |
| **5.** | **Основы актерского мастерства** | **15** | **3** | **12** |
| 5.1 | Пантомима. | 5 | 1 | 4 |
| 5.2 | Ролевые ситуации. | 5 | 1 | 4 |
| 5.3 | Импровизация. | 5 | 1 | 4 |
| **6.** | **Итоговое занятие** | **1** | **-** | **1** |
|  | **Итого:** | **72ч.** | **15ч.** | **57ч.** |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1. Раздел «Введение»**

**Теория:** Введение в образовательную программу. Беседа о значении занятий хореографией для физического и эстетического развития ребенка. Правила техники безопасности на занятиях.

**Практическая работа:** Игра ­ знакомство «Путешествие в страну танца».

**Форма проведения занятия:**

­ групповая;

­ занятие ­ путешествие.

**Приемы и методы:**

­ эмоционального стимулирования;

­ практическая работа;

­ рассказ; ­ игра.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: русская народная песня «Как у наших ворот»; Х. Берне «Жизнь идет»; А. Жилина «Экосез»; М. Красева «Галоп».

**Формы подведения итогов:** ­ беседа.

**2. Раздел «Азбука музыкального движения»**

**2.1. Упражнения для согласования движений с музыкой.**

**Теория:** Понятие о согласованности музыки и движения. Характер музыки. Ритмический рисунок. Задачи музыкального движения. Объяснение правил выполнения движений в соответствие с характером музыки. Выразительное исполнение упражнений.

**Практическая работа:** Хлопки в такт музыки: упражнение «Звонкие ладошки». Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Ходьба на каждый счет, на месте и с продвижением. Сочетание ходьбы с хлопками на каждый счет, через счет и на оборот. Выполнение ходьбы, бега с хлопками в различном темпе. Движения руками в различном темпе. Прохлопывание простейшего ритмического рисунка. Ритмичные удары ногами: упражнение «Веселый каблучок». Хлопки и удары ногой на сильные доли такта. Движения руками в различном темпе: «Ножницы», «Крылышки», «Неваляшка». Ритмичные хлопки и удары ногами на месте и с продвижением под музыку на каждый счет и через счет.

**Форма проведения занятия:**

­ групповая;

­ занятие – игра.

**Приемы и методы:**

­ рассказ;

­ упражнения;

­ игровые.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: Д. Шостакович «Шарманка»; Л. Абелян «Полька»; П. И. Чайковский «Марш оловянных солдатиков»; М. Робер «Марш» «Полька» И. Спадевеккиа, «Полька» В. Абелян, «Полька» С. Рахманинов.

**Формы подведения итогов:** ­ игра «Вместе мы похлопаем, вместе мы потопаем». ­ игра «Птицы машут крыльями»; ­ игра «Отгадай, изобрази».

**2.2. Музыкальные навыки.**

**Теория:** Связь музыки и движения. Музыкально ­ двигательный образ. Музыкальная выразительность. Музыкальный рассказ. Рассказ о динамической окраске музыкального произведения («громко ­ тихо»). **Практическая работа:** Знакомство с понятием «вступление». Различие динамики звука "громко ­ тихо". Выполнение упражнений под музыку. Различие темпа ритма «медленно ­ быстро». Передача в движении ярко выраженных ритмических акцентов. Самостоятельное начало движений и окончание движений с началом и окончанием музыки. Выполнение упражнений под счет и музыку.

**Форма проведения занятий:**

­ игровая;

­ практическая.

**Приемы и методы:**

­ практическая работа;

­ создание ситуации успеха;

­ показ.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: П. И. Чайковский фрагмент из балета «Спящая красавица» «Фея серебра»; М. Глинка «Полька»; С. Рахманинов «Полька»; Ю. Чичков «Чарльстон». **Формы подведения итогов:** ­игра «Как танцуют наши ножки, как танцуют наши ручки?».

**2.3. Музыкально-ритмические игры и упражнения.**

**Теория:** Игра как средство развития музыкально ­ ритмических навыков детей. Музыкальные игры и упражнения. Ритмические игры и упражнения. **Практическая работа:** Закрепление музыкально ­ ритмических навыков: упражнение «Хлопай ­ топай», упражнение «Ускоряй и замедляй», упражнение «Тихо ­ громко», упражнение «Ножки бегут по дорожке», упражнение «Меня зовут...», игра «Медведь и дети», игра «Считалочка», игра «Фонарики», игра «Если весело живется». Изучение и выполнение упражнений «Веселые хлопушки», «Кулачки и ладошки», «Звонкий мяч», «Барабанщики». Изучение и проведение игр «Оркестр», «Снежинки и льдинки», «Внимание! Музыка», «Веселый бубен», «Музыкальные стулья».

**Форма проведения занятий:**

­ игровая;

­ групповая.

**Приемы и методы:**

­ практическая работа;

­ поощрение.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: Л. Львов ­ Компанеец «Марш», русская народная мелодия «Из ­ под дуба», русская народная мелодия «Пойду ль я, выйду ль я»; «Латвийская народная полька»; «Ах ты, береза» русская народная песня; М. Красев «Пляска медвежат»; И. Дунаевский «Галоп»; ­ раздаточный: барабан, бубен, мяч, дудочка, балалайка, погремушки.

**Формы подведения итогов:** ­игра «Дирижер и музыканты»; ­ открытые занятия.

**3. Раздел «Пластика и гимнастика»**

**3.1. Общеразвивающие упражнения без предмета.**

**Теория:** знакомство с различными вариантами упражнений, правила их выполнения. Двигательные принципы. Свобода действий.

**Практическая работа:** Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Раскачивание рук вперед ­ назад, в сторону. Основные движения туловищем и головой: наклоны вперед ­ назад, в сторону, кругу, вращения. Полуприседание, упор присев. Комплексы общеразвивающих упражнений. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями.

**Форма проведения занятий:**

­ соревнования;

­ групповая.

**Приемы и методы:**

­ упражнения;

­ игровые;

­ поисковый.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: А. Наседкин «Полька»; «Чешская полька»; «Бульба» белорусский народный танец, Э. Сигмейстер «Кукушка танцует», Л. Бетховен «Багатель»; Н. Александров «Пьеса»; Д. Кабалевский «Клоуны».

**Формы подведения итогов:** ­ конкурс на лучшее исполнение движений; ­игра: «Что умеют наши ножки, что умеют наши ручки?».

**3.2. Общеразвивающие упражнения с предметами.**

**Теория:** применение различных предметов в упражнениях. Координация движений с предметами. Четкость движений.

**Практическая работа:** Наклоны корпуса. Изучение и выполнение движений с платочками, шарфиками, косынками, флажками, кольцами: повороты вокруг себя, передвижения вперед и назад, вынос предметов вверх, в сторону, взмахи руками, отрывистые и плавные движений рук, ходьба на полупальцах с одновременным движением предметами. Перестроение в различные рисунки.

**Форма проведения занятий:**

­ практическая;

­ групповая.

**Приемы и методы:**

­ упражнения;

­ показ;

­ наглядные.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: П. Чайковский «Полька»; З. Роот «Марш с обручами», украинская народная мелодия, А. Спадавеккиа «Полька»; «Сеяли девушки яровой хмель» русская народная мелодия; «Ой, утушка» русская народная мелодия; «Я на камушке сижу» русская народная мелодия; З. Роот «Вальс»; ­ раздаточный: султанчики, погремушки, флажки, кольца, платочки, шарфы, косынки. **Формы подведения итогов:** ­ конкурс на лучшее исполнение движений; ­ игра «Оживим предмет».

**3.3. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.**

**Теория:** понятие «сильные» и «слабые» мышцы. Техника безопасности при выполнении движений. Положение корпуса при выполнении упражнений. **Практическая работа:** поднимание рук вверх и вниз, свободное опускание их. Сгибание кистей: вниз, вверх, круговые вращения. Напряжение и расслабление мышц рук, ног. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лежа на спине. Лежа на спине при напряжении мышц ­ выдох, при расслаблении мышц – вдох. Упражнения на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения. Упражнения «Бабочка», «Звездочка», «Кораблик».

**Форма проведения занятий:**

­ практическая;

­ групповая.

**Приемы и методы:**

­ упражнения;

­ показ;

­ практическая работа.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: Х. Берне «Жизнь идет», отрывок из венгерской рапсодии № 12 Ф. Лист, И. Дунаевский «Колыбельная»; С. Бекина «Музыка и движение»; Т. Ломова «Устали ножки»; П. Чайковский «Полька»; В. Золотарева «Поплаваем».

**Формы подведения итогов:** ­ беседа; ­ игра «Сильный – слабый». ­ игра «Дует ветер».

**3.4. Партерный тренаж.**

**Теория:** Знакомство с партерной гимнастикой. Беседа о правильном разогреве мышц и технике безопасности при выполнении упражнений. Техника выполнения упражнений.

**Практическая работа:** Изучение и выполнение упражнений для развития силы мышц, гибкости, эластичности, растяжку: «Зайчик», «Иголочка», «Велосипед», «Скамейка», «Кошечка», «Собачка», «Рыбка», «Корзиночка», «Складочка», «Солнышко», «якорь», «Ракета», «Ножницы», «Полумостик», «Рыбка».

**Форма проведения занятия:**

- беседа,

- комбинированное занятие с включением игровых моментов.

**Приемы и методы:**

- игровые,

- объяснительно ­ иллюстративный.

Техническое оснащение: аудиоаппаратура, диски.

**Дидактический материал:** Аудио варианты ритмического аккомпанемента, фотографии детей в костюмах.

**Форма подведения итогов:** Беседа, экспресс ­ опрос.

**3.5. Упражнения для развития мышечной силы и гибкости.**

**Теория:** Правила выполнения упражнений. Элементы гимнастических движений.

**Практическая работа:** образные, игровые и двигательные действия: «твердые и мягкие руки»; «твердые и мягкие ноги»; «растягиваем резинку»; «пружинки»; «змея»; «ниже ­ выше»; «маятник». Комплексы упражнений. Формирование и укрепление силы мышц. Выполнение упражнений «Ванька- встанька», «Кошечка», «Собачка», «Петрушка», «Кузнецы», «Лодочка», «Коробочка», «Я на солнышке лежу».

**Форма проведения занятий:**

­ практическая;

­ игровая.

**Приемы и методы:**

­ игровые;

­ показ;

­ создание ситуации успеха.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: Л. Бетховен «Багатель», П. Чайковский «Вальс», белорусская полька «Янка», ноты: Н. Ветлугина «Музыка в детском саду»; Старокодомского «На зарядку»; А. Петров «Игра с мячами»; А. Петров «Скакалки»; «Парная полька» чешская народная мелодия.

**Формы подведения итогов:** ­игра «Сильные, ловкие»; ­игра «Подтянись, не ленись!».

**3.6. Игры-превращения.**

**Теория:** варианты использования упражнений в танцевальных комбинациях. **Практическая работа:** Игры ­ превращения «Незнайка», «Великаны и гномы», «Кошка выпускает когти», «Стряхнем воду с платочков», «Крылья самолетов и веревочки», «Скакалочка», «Паровозики», «Сажаем картошку»; «Плывём на лодке»; «Проснулись, потянулись»; «Собираем камешки»; «Маятник»; «Мельница»; «Поднимаем флаг».

**Форма проведения занятий:**

­ игровая;

­ занятие ­ фантазия.

**Приемы и методы:**

­ рассказ;

­ поисковый;

­ игровые.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: Н. Любарский «Игра», венгерская народная мелодия «Чарда», С. Монюшко «Краковяк», ноты: «Теремок» русская народная песня; Ю. Чичков «Полька»; Б. Можжевелов «Веселые скачки»; «Бери флажок» венгерская народная мелодия.

**Формы подведения итогов:** ­ конкурс на лучшее исполнение движений. ­ игра «Вот я, вот я превращаюсь в… муравья, в воробья…».

**4. Раздел «Техника танца»**

**4.1. Осанка – основа хореографического воспитания детей.**

**Теория:** Повторение правил правильной постановки корпуса, подтянутой осанки, положения головы.

**Практическая работа:** Выполнение упражнений для формирования осанки: «Подтянись», «Крылья самолета», «Великаны и гномы», «Цапля», «Солдатик».

**Форма проведения занятий:**

- беседа,

- занятие с постоянной сменой работающих мышц в игровой форме.

**Приемы и методы:**

- игровые,

- объяснительно ­ иллюстративный,

- показ.

Техническое оснащение: аудиоаппаратура, диски.

**Дидактический материал:** Рисунки с изображением правильного исполнения позиций ног и рук.

**Форма подведения итогов:** - беседа, экспресс ­ опрос.

**4.2. Хореографические упражнения.**

**Теория:** Поклон у девочек и мальчиков. Постановка корпуса при выполнении элементов.

**Практическая работа:** Полуприседания, подъемы на носки. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений. Изучение танцевальных позиций ног: первая, вторая, третья, шестая. Изучение танцевальных позиций рук: первая, вторая, третья. Изучение положения рук в паре: держась за одну руку, за обе руки, за талию. Выполнение комбинаций хореографических упражнений. Изучение и выполнение упражнений у опоры: выставление ноги в сторону и вперед на носок, стоя лицом к опоре; повороты направо/налево, переступая на носках, держась за опору; полуприседания, стоя лицом к опоре.

**Форма проведения занятий:**

­ практическая;

­ групповая.

**Приемы и методы:**

­ поощрение;

­ словесно ­ иллюстративные;

­ игровые.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: белорусский народный танец «Крыжачок», отрывок из венгерской рапсодии Ф. Листа, польский народный танец «Краковяк», ноты: Ф. Шопен «Мазурка»; И. Брамс «Венгерский танец»; Г. Венявский «Мазурка «Куявяк»»; ­ иллюстрации.

**Формы подведения итогов:** ­ танцевальная программа «Танцуй веселей с нами скорей!»; ­ конкурс на лучшее исполнение движений.

**4.3. Танцевальные шаги.**

**Теория:** виды танцевальных шагов, сочетание их друг с другом. Подготовка к изучению танцев.

**Практическая работа:** шаг с носка, на носках, пятках. Упражнение «Пятки ­ носки». Упражнение «Лилипуты и гиганты». Полуприседание на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседания. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов. Упражнения «Зверобика». Изучение и выполнение шагов: мягкий, четкий и ритмичный; высокий на носках; скрестный шаг в сторону; переменный и русский хороводный шаги; шаг с притопом. Выполнение прыжков с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, тоже с другой ноги, шага польки по кругу, галопа по кругу.

**Форма проведения занятий:**

­ игровая;

­ групповая;

­ практическая;

­ соревнования.

**Приемы и методы:**

­ наглядные;

­ практическая работа;

­ игровые.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: М. Красева «Галоп», литовская народная полька «Цепочка», латышская народная полька, ноты: П. Чайковский «Мазурка»; «Гармошка» русская народная мелодия; Д. Верди «Дуэттино»; А. Гурилев «Полька ­ мазурка».

**Формы подведения итогов:** ­ игра «Шаг за шагом»; ­ конкурс «Зверобика» для ребят».

**4.4. Танцевальный калейдоскоп.**

**Теория:** порядок изучения и выполнения движений к танцам. Техника исполнения. Артистизм.

**Практическая работа:** изучение танцев «Хоровод»; «Мы пойдем сначала вправо»; «Танец сидя»; «Танец утят»; «Кузнечик»; «Покажи ладошки»; «Как у наших у ворот»; «Поссоримся ­ помиримся»; «Мы стираем»; «Мы собрались танцевать»; «Автостоп»; «Большая прогулка»; «Вару ­ Вару»; «Полька «Старый жук»»; «Полька ­ хлопушка»; «Большая стирка»; «Парная пляска»; «Осенний вальс»; «Посею лебеду»; «Ку­ка­ре­ку»; «Погуляем ­ попляшем»; «Русский танец»; «Хочу ­ не хочу»; «Не скучаем»; «Маленький танец».

**Форма проведения занятий:**

­ по усвоению новых знаний;

­ практическая;

­ творческие концерты.

**Приемы и методы:**

­ практическая работа;

­ поощрение;

­ создание ситуации успеха.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: русская народная песня «Как у наших ворот», «Полька» чешская народная мелодия, финская народная мелодия, В. Шаинский «Кузнечик», ноты: музыка из сборника «Играем, танцуем»; сборник «Музыка и движение»; сборник «Вальсы Штрауса».

**Формы подведения итогов:** ­ конкурс на лучшее исполнение танцев; ­ открытое занятие для родителей «Посмотрите наш концерт».

**4.5. Композиции и комплексы упражнений.**

**Теория:** Сюжетный характер образно ­ танцевальных композиций. Вариативность хореографических упражнений и шагов в составлении танцевальных композиций. Музыкальность движений.

**Практическая работа:** композиции упражнений «Большой олень»; «Прогулка»; «На крутом берегу»; «Вместе весело шагать»; «Мы маленькие дети»; «Цирковые лошадки»; «Хоровод»; «Я танцую»; «Чебурашка»; «Часики»; «Карусельные лошадки»; «Песня короля»; «На дискотеке»; «Цветы»; «Мотылек»; «Я люблю танцевать»; «Ах ты, береза»; «Разноцветные кольца»; «Ну, погоди!»; «Всадник»; «Сосулька»; упражнение с палочками.

**Форма проведения занятий:**

­ творческие отчеты;

­ занятие ­ фантазия.

**Приемы и методы:**

­ игровые;

­ практическая работа;

­ показ.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: Е. Крылатов «Лесной олень», Б. Савельев «На крутом бережку», Б. Савельев «Карусельные лошадки», ноты: Р. Бойко «Дедушкины часы»; «Ах ты, береза» русская народная мелодия; А. Глазунов «Гавот»; П. Чайковский «Вальс цветов».

**Формы подведения итогов:** ­ концерт для родителей «Дети весело танцуют»; ­ конкурс на лучшее исполнение.

**5. Раздел «Основы актерского мастерства»**

**5.1. Пантомима.**

**Теория:** Пантомима ­ сложная, синтетическая дисциплина. Она имеет дело не только с тренировкой человеческого тела, но и обращается к интеллекту человека, его эмоциям, внутренним состояниям. Пластические образы часто рождаются задолго до всех остальных компонентов танца. Необходимость занятий пантомимой обусловлена не только присутствием этого жанра на эстраде, но и наличием в ней элементов, необходимых для гармоничного развития исполнителя. Занятия пантомимой позволяют подробно разобрать и понять механику работы человеческого тела, почувствовать и разобрать каждое движение, и через это подойти к пониманию пластического образа.

**Практическая работа:** Изучение этюда «Спортсмен», изобразить действие «Надуваем мяч».

**Форма проведения занятий:**

- беседа,

- игровая,

- индивидуальная.

**Приемы и методы:**

- игровые,

- объяснительно ­ иллюстративный,

- показ.

Техническое оснащение: аудиоаппаратура, диски.

**Дидактический материал:** Музыка для изучения игровых танцевальных этюдов.

**Форма подведения итогов:** - беседа.

**5.2. Ролевые ситуации.**

**Теория:** Сочетание изученных элементов в игровых упражнениях. Характер исполнения движений в игровых заданиях. Музыкальность исполнения, творческая фантазия в передаваемом образе.

**Практическая работа:** упражнения «Цапля и лягушки»; «Куколку качаю»; «У медведя во бору»; «Петушок и курочки»; «Совушка»; «Прогулка»; «Воробышки»; «Лавота»; «Отгадай, чей голосок»; «Жучки»; «Вороны». **Форма проведения занятий:**

­ занятие ­ игра;

­ занятие ­ фантазия.

**Приемы и методы:**

­ игровые;

­ проблемно ­ поисковые;

­ эмоционального стимулирования;

­ показ.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: А. Жилин «Вальс», А. Петров «Игра с мячами», русская народная мелодия; ­ иллюстрации.

**Формы подведения итогов:** ­ беседа; ­ конкурс на лучшее исполнение; ­ игра «Отгадай, кто я».

**5.3. Импровизация.**

**Теория:** развитие выдумки и творческой инициативы с помощью игровых приемов. Импровизация на заданную тему. Приемы и методы для развития познавательной активности, раскрепощенности детей.

**Практическая работа:** изучение и проведение упражнений «Ветер»; «Ветер и зайка»; «На что похожи ручки?»; задания «Отгадай зверушку», игра «Кто я?»; «Создай образ»; «На бабушкином дворе»; «Донеси ведерко»; «Заводные игрушки».

**Форма проведения занятий:**

­ игровая;

­ занятие ­ фантазия.

**Приемы и методы:**

­ поисковые вопросы;

­ наглядный;

­ поощрение.

**Дидактический материал:** ­ музыкальное сопровождение, ноты: Ф. Шуберт «Кондраданс», А. Жилина «Экосез», Т. Ломова «Детский краковяк», М. Черемухин «Танец бусинок», Э. Парлов «Барабанщики», И. Беркович «Медведь и дети».

**Формы подведения итогов:** ­ занятие ­ игра; ­ занятие ­ фантазия; ­ конкурс на лучшее исполнение заданий «Выдумывай и твори!».

**Раздел 6. Итоговое занятие.**

**Практическая работа:** Отчетный концерт для родителей.

**Форма проведения занятия:**

- индивидуальная,

- групповая.

**Приемы и методы:**

- игровые,

- объяснительно ­ иллюстративный.

Техническое оснащение: аудиоаппаратура, диски.

**Дидактический материал:** Аудио варианты ритмического аккомпанемента.

**Форма подведения итогов:** - беседа, экспресс ­ опрос. Концерт для родителей.

**Учебно-методические средства обучения:**

При реализации программы используются различные методы обучения:

 рассказ, беседа;

 показ;

 практическая работа, упражнения;

 игровые;

 поощрения;

 эмоционального стимулирования;  создания ситуации успеха.

**Инновационные педагогические технологии:**

 технология развивающего обучения;

 здоровьесберегающие технологии.

**Формы занятий:**

 индивидуальные занятия;

 конкурсы;

 занятие ­ путешествие.

**Перечень основного оборудования для реализации программы:**

 светлый, просторный, хорошо проветриваемый зал;

 зеркальная стенка;

 станок;

 аудиоаппаратура;

 специальная тренировочная одежда и обувь (спортивный купальник, балетные тапочки);

 учебный реквизит:

 палки гимнастические

 коврик туристический

 дидактический материал

 наглядное пособие: позиции ног

 наглядное пособие: позиции рук

 иллюстрации с изображением различных танцевальных направлений Рабочее место педагога:

 стол;

 стул.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Аршатская О.С. Психологическая помощь ребенку раннего возраста при формирующемся детском аутизме//Дефектология.2005. №2. с.46­67

2. Аутичный ребенок­ проблемы в быту. Методические рекомендации по обучению социально ­ бытовым навыкам аутичных детей и подростков./Под ред. С.А. Морозова. М. 1998. 92с.

3. Веденина М.Ю. Использование поведенческой терапии аутичных детей для формирования навыков бытовой ориентации.//Дефектология.1997. №2. с. 31­39; №3. с.15­21

4. Гилберг К., Питерс Т. Аутизм: медицинские и педагогические аспекты/Под ред. Л.М. Шипицыной, Д.Н. Исаева. СПб.1998. 124с.

5. Детский аутизм. Хрестоматия/Сост. Л.М. Шипицына. СПб., 1997. 254 с.

6. Интегрированное обучение детей с особенностями психофизического развития: Монография/А.Н. Коноплева, Т.Л. Лещинская. Мн. НИО. 2003. 232 с.

7. Катаева А.А., Стребенева Е.А. Дидактические игры и упражнения. М. Просвещение. 1991. 190 с.

8. Ковалец И.В. Сравнительное изучение понимания эмоции детьми с аутизмом//Дефектология. 2003. №2. с. 57

9. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. М. Теревинер. 1997. 342 с.

10. Образовательная интеграция и социальная адаптация лиц с ограниченными возможностями/Под ред. Т.Л. Лещинская Мн. НИО. 2005. 260 с.

11. Программа индивидуального обучения. Коррекционная помощь детям с ранним детским аутизмом/сост. И.В. Ковалец. Мн. 1998. 32 с.

12. Сатмари П. Дети с аутизмом. СПб., Питер., 2005. 224 с.

13. Шипицина Л.М., Петрова И.Л. Социальная реабилитация детей с аутизмом: Обзор иностранной литературы//Детский аутизм:

14. <https://base.garant.ru/71164864/>

15. <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72016730/#review>