

**Управление образования администрации г. Белгорода**  
**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного**  
**образования «Юность» г. Белгорода**

**ПРИНЯТО**  
Решением Педагогического совета  
МБУДО «Юность»  
Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020г

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБУДО «Юность»  
\_\_\_\_\_  
Т.А. Колупаева  
Приказ № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020г.

**Адаптированная дополнительная общеобразовательная**  
**общеразвивающая программа**  
**для обучающихся с расстройствами аутистического спектра**  
**«Жизнь в ритме»**

**направленность - художественная**

**возраст обучающихся -8-15лет**

**срок реализации программы – 7 месяцев**

**уровень – вводный (стартовый)**

**Автор-составитель: Поварницына,**  
**педагог дополнительного образования:**

**г. Белгород**  
**2020 г.**

## **I. Пояснительная записка**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для детей расстройствами аутистического спектра (далее РАС) «Жизнь в ритме» **художественной** направленности предназначена для организации занятий с обучающимися 8 -15 лет.

Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2015 г. № 1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи»;

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2,3,5,11,42,44,55,59,79);

- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (вступило в действие с 14.10.2014 г.);

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

- Методических рекомендаций по вопросам внедрения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования

обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.03.2016 г. № ВК-452/07;

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые) Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09 – 3242;

- Методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК-641/09;

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196) (вступил в действие с 11.12.2018 г.);

- Уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Юность» Белгород и других нормативных документов.

Данная программа ориентирована на создание для детей с РАС специальной коррекционно-развивающей среды, способствующей творческой самореализации, проявлению индивидуальных способностей особенных детей, развитию умений и навыков сотрудничества в художественной деятельности.

***Отличительные особенности*** адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Жизнь в ритме»:

1. Программа адаптирована к определенной категории детей с РАС с учетом их возрастных, индивидуальных, психофизических особенностей и определяет пути решения таких коррекционных задач как выработка необходимых музыкально-двигательных навыков;
2. Адаптация программы осуществляется с учетом рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии, индивидуальной программы реабилитации ребёнка с РАС и включает следующие направления деятельности:
  - анализ и подбор содержания программы;
  - изменение структуры и временных рамок;
  - использование разных форм, методов и приемов организации учебной деятельности.

3. Музыкально-ритмическая деятельность является одним из наиболее действенных педагогических методов арт-терапии. Это технология, позволяющие создать условия для нормализации психоэмоционального состояния детей, стимулирования их личностного роста, способности выразить свои чувства через характеристику музыкальных и пластических образов.

4. Программа составлена с учетом психологических подходов, программные требования основаны на дидактическом принципе «последовательности и доступности» в обучении, усвоении учебного материала. Таким образом, основой программы является постепенное развитие музыкально-двигательной активности.

**Актуальность** программы. Одним из психолого-педагогических ресурсов социальной интеграции и социальной адаптации детей с РАС в сообществе сверстников, развития детско-родительских отношений является дополнительное образование. Дополнительное образование для данной категории создает 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. Занятия хореографией являются одним из средств всестороннего развития детей и подростков с РАС, так как оказывают коррекционное действие на физическое развитие, создают благоприятную основу для совершенствования психических функций, играют значительную роль в становлении художественно-творческих способностей учащихся, таким образом выполняя основную функцию дополнительного образования в коррекционном обучении и социализации детей с РАС. Созданная благодаря художественно-эстетическим занятиям творческая среда способствует интеграции личности детей с расстройствами аутистического спектра, позволит им почувствовать и осознать себя как неповторимую индивидуальность и раскроет радость взаимодействия с другими людьми.

**Новизна программы** - в реализации последних требований законодательства Российской Федерации по введению в деятельность учреждений дополнительного образования нового направления разработки и применения на практике адаптированной дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы для детей с ОВЗ.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что музыкально - ритмическая деятельность включает в себе огромные

возможности в развитии интеллекта, физического и психического здоровья, культуры и основ нравственности. Для творческого развития детей разработаны учебные занятия, включающие 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 и дальнейшей самореализации в обществе. Музыкальное сопровождение способствует развитию слуха, формированию пластичности и точности движений, воспитанию чувства прекрасного. Гармоничное сочетание умственного и физического развития, нравственной чистоты и творческого отношения к жизни и искусству – необходимое условие формирования личности ребенка.

**Адресат программы** - дети с расстройствами аутистического спектра 8 - 15 лет.

При разработке программы учитывались психофизиологические особенности детей с РАС, такие как: нарушение основных психических процессов: восприятие, внимание, память, речь, мышление, эмоционально-волевая сфера. Основными клиническими признаками аутизма являются:

- трудности коммуникации;
- побочные реакции на сенсорные раздражители;
- нарушения развития речи;
- стереотипность поведения;
- социальное взаимодействие.

При аутизме часто нарушается ориентировка во времени. События настоящего смешиваются с прошедшими, реальное с фантастическим. Поведение аутичного ребенка характеризуется выраженной стереотипностью, однообразием. Прежде всего, это стремление к сохранению привычного постоянства в окружающем: есть одну и ту же пищу, носить одну и ту же одежду, гулять по одному и тому же маршруту и т.д., то есть «феномен тождества». Попытки разрушить эти стереотипные условия жизни ребенка вызывают у него диффузную тревогу, агрессию либо самоагрессию. Стереотипность проявляется и в играх: очень типично однообразное, бессмысленное повторение одних и тех же действий. Игрушки если и используются, то не по назначению. Дети с аутизмом любят переливать воду, играть с сыпучими материалами, но, играя в песочнице, аутичный ребенок не лепит куличики, а просто пересыпает песок. Неравномерность развития при аутизме отчетливо проявляется в особенностях моторики. Движения угловатые, вычурные, несоразмерные по силе и амплитуде. Нередко отдельные сложные движения ребенок выполняет

успешнее, чем более легкие. У детей страдающих аутизмом нередко могут отмечаться нарушения зрения, слуха, заболевания кожи, нарушения в суставах и костях, дисфункции височных долей, ствола головного мозга и мозжечка. Нередко познание предметов, явлений, их смыслового значения опережает способность к выполнению целенаправленных автоматизированных двигательных актов, а иногда не по возрасту богатый словарный запас сочетается с совершенно неразвитой коммуникативной функцией речи. Интеллектуальное развитие детей различных групп протекает по-разному. Еще одной особенностью внутреннего мира детей с аутизмом являются аутистические фантазии - оторванность от реальности, слабая, неполная и искаженная связь с окружающим. Поэтому неотъемлемой составляющей каждого занятия является создание благоприятного психологического климата, ситуации успеха, смена видов деятельности для предупреждения утомляемости обучающегося. В результате этого ребёнок активно вовлекается в образовательный процесс, выполняет инструкции педагога, переключается с одного посильного вида деятельности на другой.

**Объём программы** составляет - 56 часов.

Срок реализации программы – 7 месяцев.

#### ***Режим занятий.***

<b>Количество занятий в неделю</b>	<b>Длительность занятия (ч.)</b>	<b>Всего часов в неделю</b>	<b>Всего часов в год</b>
2	1 ч (40 мин)	2	56

*Форма обучения* - очная (возможна при неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановке в регионе - очно-заочная форма обучения с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения).

В обучении используются следующие *формы проведения занятий*: практическое занятие, занятие-путешествие, игра, виртуальные экскурсии и другие. Занятия проводятся с использованием различных методов и средств обучения, чтобы исключить потерю интереса у ребенка к обучению, направлены на разнообразие форм восприятия материала. Теоретический материал сопровождается выполнением практических заданий, музыкальных игр.

*Наполняемость учебной группы* – от 1-го до 4-х обучающихся с РАС.

**Методы образовательной деятельности:**

- арт-терапии (сказка-терапия, музыкотерапия, музыкально-ритмическая игра);
- метод устного изложения, позволяющий в доступной форме донести до обучающихся учебный материал;
- игровой метод;
- метод проверки, оценки знаний и навыков, позволяющий по мере необходимости вовремя внести необходимые корректировки в содержание учебных занятий.

**Цель** программы: создание условий для коррекции и развития психомоторных способностей детей с РАС средствами музыкально-двигательной и пластической деятельности.

**Задачи:**

- формировать мотивацию к музыкально - ритмической деятельности;
- формировать навыки передавать различные средства музыкальной выразительности (темп, ритм, динамику, форму, характер музыкального произведения);
- обучить с помощью жестов, мимики, пантомимики, в танце, игре передавать элементарный музыкальный образ;
- способствовать развитию творческих проявлений в движениях под музыку;
- способствовать коррекции познавательной, эмоционально-волевой, моторной, личностной сфер ребенка с РАС;
- способствовать развитию слухового восприятия, памяти, внимательности;
- 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.

*Специальные образовательные условия:*

- преобладание практического способа обучения;
- пошаговое инструктирование при выполнении отдельных операций;
- использование адаптированных наглядных пособий;
- дополнительная визуальная поддержка;
- уменьшение количества одновременно предъявляемых для восприятия объектов;
- профилактика утомляемости, рассеивания внимания;
- использование методов поощрения, направленных на формирование мотивации, положительного отношения к обучению.

## **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы и раздела</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
------------------	------------------------------------	------------------------	---------------	-----------------

<b>1.</b>	<b>Введение.</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>
<b>2.</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
2.1	Упражнения для согласования движений с музыкой.	4	1	4
2.2.	Музыкальные навыки.	5	1	4
2.3	Музыкально-ритмические игры и упражнения.	5	-	4
<b>3.</b>	<b>Пластика и гимнастика</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>
3.1	Общеразвивающие упражнения без предмета.	4	1	4
3.2	Общеразвивающие упражнения с предметами.	4	-	4
3.3	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепления осанки.	4	1	3
	Упражнения для развития мышечной силы и гибкости.	4	1	2
3.4	Игры-превращения.	3	1	2
3.5				
<b>4.</b>	<b>Техника танца</b>	<b>22</b>	<b>5</b>	<b>17</b>
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
<b>5.</b>	<b>Основы актерского мастерства</b>	<b>10</b>	<b>3</b>	<b>12</b>
5.1	Пантомима	5	1	4
5.2	Рольевые ситуации	5	1	4
5.3	Импровизация	5	1	4
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
	<b>Итого:</b>	<b>56</b>	<b>14,5</b>	<b>41,5</b>

## 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 «Снежный ком с хлопками»

**Форма проведения занятия:**

- Игровая

**Приемы и методы:**

- Эмоциональное стимулирование
- Рассказ



- Упражнения
- Игровые

**Дидактический материал:**

- музыкальное сопровождение: русская народная песня «Как у наших у ворот»; А.Жилина «Экосес».

**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:** Повторение хлопков за педагогом: упражнение «Раз, два, три, повтори!». 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 «музыкальные топотушки». 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:**

- 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. Спадавеккиа, «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.

**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: «Капельки веселые» «Фея серебра»; М.Глинка «Полька»; С.Рахманинов «Полька»;

**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 «Дорожка», упражнение «Ускоряй и замедляй», упражнение «Тихо-громко», упражнение «Музыкальный ежик», упражнение «Меня зовут...», игра «Прогулка», игра «Считалочка», игра «Фонарики», игра «Научить матрешек танцевать», «Хлопай, топай». Изучение и выполнение упражнений «Веселые хлопушки», «Кулачки и ладошки», «Звонкий мяч»,

**Форма проведения занятий:**

- игровая.

**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 материал:** 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:**

- практические

**Приемы и методы:**

- упражнения;

- игровые;

**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

**Формы подведения итогов:**

- 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;

**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;

**Раздаточный материал:** султанчики, погремушки, флажки, кольца, платочки.

**Формы подведения итогов:**

- 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. 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;

**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»;

**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.**

**Практика:** Изучение и выполнение упражнений для развития силы мышц, гибкости, эластичности, растяжку: «Карандаши», «Велосипед», «Скамейка», «Кошечка», «Собачка», «Корзиночка», «Солнышко», «якорь», «Ножницы», «Полумостик»,

**Форма проведения занятия:**

- Беседа
- комбинированное занятие с включением игровых моментов.

**Приёмы и методы:**

- Игровые
- объяснительно-иллюстративный.

**Техническое оснащение:**

- аудиоаппаратура
- диски.

**Дидактический материал:**

- Аудио варианты ритмического аккомпанемента

**Форма подведения итогов:**

- Беседа

**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»; «часики»; «дотянись вверх»; «дровосек» «волна»

**Форма проведения занятий:**

- практическая;
- игровая.

**Приемы и методы:**

- игровые;
- показ;

**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»;

**Формы подведения итогов:**

-игра «Подтянись, не ленись!».

**3.6. Игры-превращения.**

**Теория:** варианты использования упражнений в танцевальных комбинациях.

**Практическая работа:** Игры-превращения «Незнайка», «Великаны и гномы», «герои сказок оживают», «Стряхнем воду с платочков», «Крылья самолетов и веревочки»

**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»,

**Формы подведения итогов:**

- 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.

**Практика:** Выполнение упражнений для формирования осанки:

«Подтянись», «Крылья самолета», «Великаны и гномы», «Цапля», «Солдатык» «играем в котенка» «лягушка на берегу»

**Форма проведения занятий:**

- Беседа
- Игровая

**Приёмы 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.

**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, шестая.

Изучение танцевальных позиций рук: первая, вторая, Изучение

**Форма проведения занятий:**

- практическая;

**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»;

- иллюстрации.

**Формы подведения итогов:**

- танцевальная программа «Танцуй веселей с нами скорей!»;

**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 «Пяткиноски». Упражнение «Лилипуты и гиганты». Пружинные полуприседания. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Изучение и выполнение шагов: мягкий, четкий и

ритмичный; высокий на носках; скрестный шаг в сторону; переменный и русский хороводный шаги; шаг с притопом.

**Форма проведения занятий:**

- игровая;
- практическая;

**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»

**Формы подведения итогов:**

- игра «Шаг за шагом»;

**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»; «Старый жук»; «Полька - хлопушка»; «Большая стирка»; «Маленький танец».

**Форма проведения занятий:**

- по усвоению новых знаний;
- практическая;

**Приемы и методы:**

- практическая работа;
- поощрение;

**Дидактический материал:**

- музыкальное сопровождение, ноты: русская народная песня «Как у наших ворот», «Полька» чешская народная мелодия, финская народная мелодия, В. Шаинский «Кузнечик»

**Формы подведения итогов:**

- 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»; «Я люблю танцевать»; «Ах ты, береза»;

упражнение  
с палочками.

**Форма проведения занятий:**

- творческие отчеты;
- занятие-фантазия.

**Приемы и методы:**

- игровые;
- практическая работа;
- показ.

**Дидактический материал:**

- музыкальное сопровождение: Е. Крылатов «Лесной олень», Б.Савельев «На крутом бережку», Б.Савельев «Карусельные лошадки»,

**Формы подведения итогов:**

- концерт для родителей «Дети весело танцуют»;

**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. 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.

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

**Форма проведения занятий:**

- Беседа
- игровая,
- индивидуальная.

**Приёмы 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»;

**Форма проведения занятий:**

- занятие-игра;
- занятие-фантазия.

**Приемы и методы:**

- игровые;
- показ.



**Дидактический материал:**

- музыкальное сопровождение, ноты: А.Жилин «Вальс», А.Петров «Игра с мячами», русская народная мелодия;

**Формы подведения итогов:**

- беседа;
- 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 «вода и лед»; «Ветер и зайка»; «На что похожи ручки?»; задания «Отгадай зверушку»;

**Форма проведения занятий:**

- игровая;
- занятие-фантазия.

**Приемы и методы:**

- поисковые вопросы;
- наглядный;
- поощрение.

**Дидактический материал:**

- музыкальное сопровождение, ноты: Ф.Шуберт «Кондраданс», А.Жилина «Экосез»,

**Формы подведения итогов:**

- занятие-игра;
- занятие-фантазия;

**Раздел 6. Итоговое занятие.**

**Практика:** Отчетный концерт для родителей.

**Форма проведения занятия:**

индивидуальная, групповая.

**Прогнозируемые результаты**

По итогам учебного года обучающиеся должны

**знать:**

- назначение танцевального зала и правила поведения в нем
- понятие о круге, линии
- правильная постановка корпуса
- названия основных движений и порядок их выполнения

**уметь:**

- ориентироваться в зале, выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений 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)

### **Календарный учебный график (КУГ)**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2020-2021	2 ноября 2020 г.	31 мая 2021 г.	28	56	56	2 раза в неделю по 1 часу

### **Методическое обеспечение**

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

- в компетентности специалистов;
- в адаптации образовательной среды;
- в согласовании действий педагогов, родителей, педагогов дополнительного образования;
- в упрощении инструкций;
- в дроблении учебных задач на отдельные последовательные шаги (дозированная помощь взрослого, использование специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающегося, так и компенсации индивидуальных недостатков развития);
- 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 формировании навыков социального взаимодействия;
- в формирование адекватных представлений об эмоциях, способах их выражения и их причинах;
- в обеспечении коррекционно-развивающей направленности обучения в рамках программы.

#### **Адаптированные методики и программы:**

- Метод базальной стимуляции – А. Фрелих (Basale stimulation);
- Методы альтернативной коммуникации;

- Элементы проектного подхода;
- Элементы двигательной (физической) терапии;
- ТЕАССН-программа;
- АВА-терапия;
- Эмоционально-уровневый подход;
- Методы игротерапии.

Принципы обучения программы:

- Доступность
- Наглядность
- Последовательность
- От простого к сложному
- Системность занятий
- Воспитывающая и развивающая направленность
- Активность и самостоятельность
- Учет возрастных и индивидуальных особенностей

### **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
- концерт для родителей

### **Приёмы и методы:**

- игровые
- объяснительно-иллюстративный.

### **Техническое оснащение:**

- аудиоаппаратура, диски.

### **Дидактический материал:**

- Аудио варианты ритмического аккомпанемента.

### **Форма подведения итогов:**

- Беседа
- Концерт для родителей.

### **Учебно-методические средства обучения:**

При реализации программы используются различные методы обучения:

- рассказ, беседа;
- показ;
- практическая работа, упражнения;
- игровые;
- поощрения;

- эмоционального стимулирования;

#### **Инновационные педагогические технологии:**

- технология развивающего обучения;
- здоровьесберегающие технологии.

#### **Формы занятий:**

- индивидуальные занятия;
- занятие-путешествие.

#### **Перечень основного оборудования для реализации программы:**

- светлый, просторный, хорошо проветриваемый зал;
- 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.46-67
2. Аутичный ребенок- проблемы в быту. Методические рекомендации по обучению социально-бытовым навыкам аутичных детей и подростков./Под
3. Веденина М.Ю. Использование поведенческой терапии аутичных детей для формирования навыков бытовой ориентации.//Дефектология.1997. №2. с.31-39; №3. с.15-21
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. Зайцева Л.А. Обследование детей с нарушениями речи. Мн., 1998. 30 с.
7. Интегрированное обучение детей с особенностями психофизического развития: Монография/А.Н.Коноплева, Т.Л.Лещинская. Мн. НИО. 2003. 232 с.
8. Катаева А.А., Стребенева Е.А. Дидактические игры и упражнения. М. Просвещение. 1991. 190 с.
9. Ковалец И.В. Основные направления работы с аутичными детьми// Дефектология 1998. №2. с.63-73.;№9. с.45.;№1. с. 76
10. Ковалец И.В. Сравнительное изучение понимания эмоции детьми с аутизмом//Дефектология. 2003. №2. с. 57
11. Лебединская К.С., Никольская О.С., Баенская Е.Р, Дети с нарушениями общения: ранний детский аутизм. М. Просвещение. 1989. 95 с.
12. Лебединская К.С.,

Никольская О.С. Диагностика раннего детского аутизма. Начальные проявления. М. Просвещение. 1991. 96 с. 13. Логопедия/Под. ред. Л.С.Волковой М. 1989. 528 с. 14. Никифорова Е.В. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста, имеющих нарушения общения со сверстниками// Дефектология. 1997. №3. с. 57-62 15. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. М. Теревинер. 1997. 342 с. 16. Образовательная интеграция и социальная адаптация лиц с ограниченными возможностями/Под ред. Т.Л.Лещинская Мн. НИО. 2005. 260 с. 17. Программа индивидуального обучения. Коррекционная помощь детям с ранним детским аутизмом/сост. И.В.Ковалец. Мн. 1998. 32 с. 18. Сатмари П. Дети с аутизмом. СПб., Питер., 2005. 224 с. 19. Шипицина Л.М., Петрова И.Л. Социальная реабилитация детей с аутизмом: Обзор иностранной литературы//Детский аутизм: Хрестоматия. СПб., 1997. 230 с.