

муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»
Никольского района Пензенской области

«УТВЕРЖДАЮ»
директор МБУ ДО «Дом детского творчества»
Никольского района
Храбска И.В.
приказ № 34/2-ОД
от «30» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по реализации адаптированной дополнительной
общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Лучики»
на 2024-2025 учебный год

Педагог дополнительного образования

Пинимасова Наталья Ильдаровна

Рабочая программа разработана на основе адаптированной дополнительной образовательной общеразвивающей программе «Лучики», имеет художественную направленность.

Цель программы заключается в формировании жизненных и социальных компетенций через общение с миром хореографического искусства, создании условий, содействию развития творческого потенциала личности детей с умственной отсталостью легкой степени.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить детей танцевальным движениям;
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
- формировать умение ориентироваться в пространстве.

Воспитательные:

- развить у детей с ОВЗ активность и самостоятельность, коммуникативные способности;
- формировать общую культуру личности «особого» ребенка, способность ориентироваться в современном обществе;
- формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
- создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- развить творческие способности детей с ОВЗ;
- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей с ОВЗ;
- способствовать формированию правильной постановки корпуса, рук, ног, головы;
- содействовать развитию адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма.

Основной формой учебной работы является групповое занятие.

Количество учебных часов:

2-й год обучения – 144 часа в год. Занятия по группам осуществляются 2 раза в неделю по 2 часа в день.

Продолжительность одного академического часа – 30мин.

Занятия на втором году обучения направлены на усложнение изученного материала и увеличение темпа движений.

Содержание занятий для учащихся 2-го года обучения

месяц	№ занятия	Тема занятия	Содержание			Итого часов	Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	воспитательная работа		
09	1	Вводное Техника безопасности на занятиях хореографией	Правила поведения на занятиях хореографией			2	определение общего уровня развития
	2	Музыкально-танцевальная ритмика		знакомство с жанрами музыкальных произведений (марш)		2	Практическо-игровые задания
	3	вспомогат. и корригирующие упражнения		Правильное выполнение корригирующих упражнений для укрепления здоровья		2	Практическо-игровые задания
	4	Танцевальные игры		«Танец морских волн»		2	Контроль исполнения
	5	Музыкально-танцевальная ритмика		знакомство с жанрами музык. произведений (вальс)		2	Практическо-игровые задания
	6	вспомогат. и корригирующие упражнения		Общая гимнастика на середине, знакомство со здоровьесберегающими технологиями		2	Практическ. задания
	7	Народный танец		Изучения Выхода танца «Ах вы сени, мои сени»		2	техника исполнения
	8	вспомогат. и корригирующие		упражнения направленные на напряжение и		2	Контроль исполнения упражнений

		упражнения		расслабление мышц верхней части тела			
10	1	Элементы народно-сценического танца		рисунок танца: различать П. и Л. руки, ноги, плечи; повороты налево, направо		2	педагогическое наблюдение
	2	музыкально-танцевальная ритмика		жанры музыкальных произведений: марш 4/4, песня – куплетная форма, танец – части.		2	Практические задания
	3	вспомогат. и корригирующие упражнения		Упражнения направленные на напряжение и расслабление мышц нижней части тела		2	Контроль исполнения упражнений
	4	Танцевальные игры		«Музыкальная змейка»		2	Практические задания
	5	Музыкально-танцевальная ритмика		Ритмический танец «Танец сидя»		2	Практические задания
	6	вспомогат. и корригирующие упражнения		комплекс упражнений на развитие гибкости плечевого пояса		2	Практический контроль. Наблюдение.
	7	Музыкально-танцевальная ритмика		Игроритмика знакомство с музыкальными жанрами. Марш с вытянутыми ногами.		2	Практические задания
	8	Народный танец		Изучения Ф 1 танца «Ах вы сени, мои сени»		2	техника исполнения
	9	вспомогат. и корригирующие упражнения		Закрепление комплекса на развитие гибкости		2	Контроль исполнения упражнений

				плечевого пояса			
11	1	Элементы народно-сценического танца		построение в колонну по одному, по два, в комбинации		2	педагогическое наблюдение
	2	вспомогат. и корригирующие упражнения		Общеразвивающие упражнения на ковриках «Свечка», «Берёзка», «Ножницы»		2	Контроль исполнения упражнений
	3	Музыкально-танцевальная ритмика		Танцевальный этюд «Ладшки»		2	Практические задания
	4	Народный танец		Изучения Ф 2 танца «Ах вы сени, мои сени»		2	техника исполнения
	5	вспомогат. и корригирующие упражнения		упражнения направленные на укрепление мышц брюшного пресса «Посмотри на ножки», «Корзинка» «Велосипед»			Контроль исполнения упражнений
	6	Танцевальные игры		«Кошка»		2	Практические задания
	7	Народный танец		Изучения Ф 3 танца «Ах вы сени, мои сени»		2	техника исполнения
	8	вспомогат. и корригирующие упражнения		Комплекс упражнений мышц брюшного пресса на полу с гимнастическими палками «Поймай носочки», «Планка», «Скручивания»		2	Контроль исполнения упражнений
	9	Элементы народно-		построение из колонны в пары и		2	педагогическое

		сценического танца		обратно, круг, полукруг, сужение и расширение круга			наблюдение
12	1	Музыкально-танцевальная ритмика		работа над ритмическим исполнением движений		2	Практическо-игровые задания
	2	Народный танец		Изучения Ф 4 танца «Ах вы сени, мои сени»		2	техника исполнения
	3	вспомогат. и корригирующие упражнения		Упражнения на развитие пространственной ориентации		2	Контроль исполнения упражнений
	4	Танцевальные игры		«Лягушка»		2	техника исполнения
	5	Народный танец		Изучения Ф 5 танца «Ах вы сени, мои сени»		2	педагогическое наблюдение
	6	вспомогат. и корригирующие упражнения		Закрепление комплекса упражнений мышц брюшного пресса		2	Контроль исполнения упражнений
	7	Музыкально-танцевальная ритмика		строение музыкальной речи (ритм. рис.)		2	Практическо-игровые задания
	8	Элементы народно-сценического танца		«воротца», построение из большого круга в большую звездочку и т. д.	Промежуточная аттестация	2	Контроль исполнения упражнений
01	1	вспомогат. и корригирующие упражнения		комплекс упражнений направленных на улучшение подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра	Зимние забавы		техника исполнения
	2	Музыкально-танцевальная		Упражнения с акцентированием		2	Практическо-игровые

		ритмика		окончания музыкальной фразы (хлопок)			задания
	3	Народный танец		Изучения Финала танца «Ах вы сени, мои сени»		2	техника исполнения
	4	вспомогат. и корригирующие упражнения		Упражнения направленные на развитие подвижности голеностопного сустава		2	Контроль исполнения упражнений
	5	Музыкально-танцевальная ритмика		Упражнения с акцентированием окончания музыкальной фразы (притоп, хлопок, удар)			Контроль исполнения упражнений
	6	Элементы народно-сценического танца		приседания (<i>demi plie</i>) по невыворотным позициям лицом к станку		2	Практическ. задания
	7	Танцевальные игры		«Водим хороводы»		2	Практическо-игровые задания
02	1	вспомогат. и корригирующие упражнения		Упражнения направленные на развитие подвижности голеностопного сустава		2	Контроль исполнения упражнений
	2	Музыкально-танцевальная ритмика		работа над ритмом, строением музыкальной речи		2	Практическо-игровые задания
	3	Танцевальные игры		«Как мы умеем танцевать»		2	игровые задания
	4	вспомогат. и корригирующие упражнения		Упражнения направленные на развитие подвижности		2	Контроль исполнения упражнений

				голеностопного сустава эластичности мышц голени и стопы			
	5	Элементы народно-сценического танца		каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления		2	контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
	6	Народный танец		Изучения Выхода танца «Барыня»		2	техника исполнения
	7	вспомогат. и корригирующие упражнения		комплекс упражнений направленных на развитие выворотности ног			Контроль исполнения упражнений
	8	Музыкально-танцевальная ритмика		вступление, окончание вступления, начало движения		2	Контроль исполнения упражнений
03	1	Народный танец		Изучения Ф 1 и Ф 2 танца «Барыня»		2	техника исполнения
	2	вспомогат. и корригирующие упражнения		комплекс упражнений направленных на развитие выворотности ног «Лягушка» «Бабочки»		2	Практическо-игровые задания
	3	Музыкально-танцевальная ритмика		Закрепление вступления, окончания вступления, начало движения		2	Контроль исполнения упражнений
	4	Танцевальные игры		«Музыкальные предметы»		2	Практическо-игровые задания
	5	вспомогат. и корригирующие упражнения		комплекс упражнений направленных на развитие выворотности ног		2	Контроль исполнения упражнений

				«Дельфинчик» «Крокодилчик»			
	6	Музыкально-танцевальная ритмика		«Танец утят»		2	Контроль исполнения упражнений
	7	Элементы народно-сценического танца		На середине зала: танцевальные шаги; положения и позиции рук.		2	контрольные упражнения, педагогическое наблюдение
	8	Народный танец		Изучения Ф3 и Ф4 танца «Барыня»			Техника исполнения
04	1	вспомогат. и корригирующие упражнения		Упражнения направленные на развитие танцевального шага		2	Контроль исполнения упражнений
	2	Музыкально-танцевальная ритмика		Выполнение упражнений в различных темпах		2	Практическо-игровые задания
	3	Танцевальные игры		«Праздничный поезд»		2	Практическо-игровые задания
	4	Элементы народно-сценического танца		движение рук, русские переменные шаги: с паузой, шаг с точкой, шаг с притопом, шаркающий шаг		2	Контрольн. упражнения, педагогич. наблюдение
	5	вспомогат. и корригирующие упражнения		Упражнения направленные на исправление и укрепление осанки «Лодочка», «Планка»		2	Контроль исполнения упражнений
	6	Музыкально-танцевальная ритмика		Ритмический танец «Топой-хлопай»		2	Практическо-игровые задания
	7	вспомогат. и корригирующие упр.		Упражнения направленные на исправление и укрепление		2	Контроль исполнения упражнений

				осанки «Самолёт» «Корзиночка»			
	8	Народный танец		Изучения Финала танца «Барыня»		2	техника исполнения
	9	Элементы народно-сценического танца		движения «ковырялочка», «моталочка»;		2	Практическо-игровые задания
05	1	вспомогат. и корригирующие упражнения		Упражнения направленные на исправление и укрепление осанки «Стрела» «приседания» с гимнастической палкой		2	Контроль исполнения упражнений
	2	Музыкально-танцевальная ритмика		Закрепление изученного материала		2	Практическо-игровые задания
	3	Танцевальные игры		«Запрещённое движение»		2	Практическо-игровые задания
	4	Народный танец		Исполнение изученных танцевальных композиций «Барыня», «Ах вы сени, мои сени»		2	техника исполнения синхронное исполнение
	5	Элементы народно-сценического танца		Хлопки и хлопушки; Закрепление изученного материала		2	Контрольн. упражнения, педагогич. наблюдение
	6	вспомогат. и корригирующие упр.		Закрепление изученного материала	аттестация	2	Контроль исполнения упражнений
ИТОГО						72	
		Всего	144				