



Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования города-курорта Кисловодска  
«Детская хореографическая школа»

Дополнительная общеразвивающая программа  
«Сила духа в энергии танца»

**Программа  
по учебному предмету  
Логоритмика**

г-к. Кисловодск  
2024 год

«Одобрено»  
Методическим советом  
МБУДО «ДХорШ»  
Протокол № 3 от «28» сентября 2024 г.

«Утверждаю»  
Директор МБУДО «ДХорШ»  
Э.Б. Проказов  
Приказ № 4 от «28» сентября 2024 г.



**Разработчик** – Гикалова Людмила Васильевна, преподаватель МБУДО «ДХорШ».

**Рецензент** - Черных Татьяна Валерьевна, учитель начальных классов и технологии Ассоциация «Общеобразовательная школа № 21 города-курорта Кисловодска» (социально ориентированная для детей с ОВЗ).

**Рецензент** - Проказов Эмиль Борисович, Почетный работник культуры Ставропольского края, преподаватель, директор МБУДО «ДХорШ».

## Пояснительная записка.

Большую роль в преодолении недостатков моторного, психомоторного и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, играет хореографическое искусство, которое является комплексным сочетанием и ритмики и лечебной физкультуры.

Занятия хореографией способствуют повышению работоспособности организма детей с ограниченными возможностями здоровья, укреплению здоровья, коррекции двигательных нарушений. Учат формированию умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий, во времени и пространстве, управлять темпом движений и подчинять свои движения музыке. Развивают пространственно-ориентировочную деятельность, способность ощущать и оценивать быстроту движений, их амплитуду, степень напряжения и расслабления мышц. Они придают движениям целесообразность, стройность.

Коррекция особенностей моторного развития осуществляется путем специальных упражнений и общепринятых способов физического воспитания. Занятия хореографией направлены на нормализацию мышечного тонуса, развитие статической выносливости, равновесия, упорядочение темпа движений, синхронного взаимодействия между движениями и речью, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.

Хореография - искусство, любимое детьми. Ежегодно тысячи любителей танца приходят в хореографические коллективы, ансамбли, студии. Ребенку с ограниченными возможностями здоровья необходим индивидуальный подход. Необходимо, чтобы в работе детского хореографического коллектива создавались специальные программы для работы с такими детьми. Им необходимо соприкоснуться с творчеством, они приучаются к общению в коллективе, учатся правилам поведения в общественных местах, социализируются, расширяется их кругозор. Занятия хореографией помогает выбрать для них самые эффективные средства развития и коррекции психофизических недостатков учащихся вспомогательной школы.

Занятия хореографии для детей с ограниченными возможностями здоровья будут эффективны если:

1. Будут учитываться особенности развития детей с ограниченными возможностями здоровья.
2. Особенности развития психомоторики, учет которых позволит более успешно осуществлять коррекционно-развивающую работу по хореографии.
3. Если хореографическая лексика и музыкальный материал будет подобран и доступен для восприятия детей.

В процессе занятий дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются творческие способности. Учащиеся осваивают также природу музыкально – танцевального искусства, у них развивается творческая инициатива, воображение, умение понять и передать характер музыки и содержание образа движения.

Так же одна из главных задач работы с детьми с ОВЗ – социализация детей в условиях современной жизни и их творческое развитие. Необходимо уделить особое внимание при решении этой задачи в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья, детьми-инвалидами, как категории детей, особо нуждающихся в помощи и поддержке не только близких людей, но и общества.

Специфика преподавания в работе с детьми ОВЗ заключается в моральной подготовке, особенности характера, наличии знаний об особенностях заболеваний, а главное - в степени владения педагогом психологических знаний и умений определить индивидуальную модель взаимодействия с ребёнком, его возможности и потребности. Общение должно быть обогащено душевной теплотой, чуткостью, умением тонко чувствовать ситуацию на занятии. Отношения педагог-ученик должны строиться на основе взаимного уважения и доверия, что оказывает значительное влияние на развитие личности ребенка с ОВЗ.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по логоритмике являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по логоритмике являются следующие:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами является:

- 1) формирование первоначальных представлений о значении логоритмики как раздела физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о логоритмике и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- 2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- 3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).
- 4) снятие напряжения на психологическом подсознании ; сосредоточение на предмете , команде или явлении; возможность преодоления страхов , рассеянности , боязни допустить ошибку ; снятие зрительного напряжения ; преодоление шумового воздействия.
- 5) синхронизация речевых и двигательных функций.

Срок реализации учебного предмета  
«Логоритмика» 3 года.

Классы/количество часов	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
	Количество часов	Количество часов	Количество часов
Недельная аудиторная нагрузка	1	1	1

Объем выдачи учебных часов по учебному предмету соответствует учебному плану учреждения.

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Для проведения занятий необходимо иметь балетные залы площадью не менее 40 кв.м. (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца

напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трёх стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене.

## **Содержание учебного предмета** **при нормативном сроке обучения 3 года.**

### **1 год обучения**

Аудиторные занятия 1 час в неделю

Первый год обучения предполагает ознакомление обучающихся с предметом, изучение ходов, дыхательной гимнастики, работы с мышцами, ритмические упражнения.

1. Ходьба и ориентирование в пространстве.
2. Динамические упражнения на регуляцию мышечного тонуса.
3. Развитие умения расслаблять и напрягать группы мышц.
4. Артикуляционные упражнения.
5. Дыхательная гимнастика.
6. Фонопедические и оздоровительные упражнения для горла.
7. Упражнения на развитие внимания и памяти.
8. Сочетание методов тактильности через ощущения.
9. Чистоговорки, скороговорки.
10. Ритмичное произношение фонем и слогов в процессе двигательной активности.
11. Итоговые уроки.

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- Ориентироваться в пространстве;
- Уметь контролировать работу мышц;
- продолжать добиваться выразительности и точности исполнения движений;
- уметь сочетать методы тактильности через ощущения;
- правильно распределять силы во время исполнения композиций.

### **2 год обучения**

Аудиторные занятия 1 час в неделю

Второй год обучения предполагает обучение речевым ритмодекламациям, использование стихотворного текста, выполнение

логоритмических задач, пение песен и вокализов.

1. Речевые игры: ритмодекламации без музыкального сопровождения.
2. Речевые игры: игры со звуком, игры со звучащими жестами игры-диалоги.
3. Использование простейшего стихотворного текста (русские народные песенки, потешки, прибаутки, считалки, дразнилки).
4. Выполнение логоритмических задач.
5. Ритмические игры.
6. Пение песен и вокализов.
7. Автоматизация гласных звуков (развития певческих способностей у детей с речевыми нарушениями, коррекция голоса, артикуляции, дыхания).
8. Пальчиковые игры и сказки.
9. Итоговые уроки.

По окончании второго года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- исполнять песни, звуки;
- читать скороговорки;
- выполнять логоритмические задачи;
- технически усложненные движения на середине зала;
- продолжать добиваться выразительности и точности исполнения движений;
- передавать характер движения и эмоциональное состояние;
- правильно распределять силы во время исполнения композиций, воспитывать выносливость.

### **3 год обучения**

Аудиторные занятия 1 час в неделю

Третий год обучения предполагает постановку театральных этюдов, развитие мышц, дыхательную гимнастику.

1. Театральные этюды.
2. Мимика, жестикуляция.
3. Развитие мышц лица, рук, всего тела.
4. Эмоциональное переживание.
5. Коммуникативные игры.
6. Подвижные игры.
7. Хороводы.
8. Координации слова и движения.
9. Дыхательная гимнастика.
10. Итоговые уроки.

По окончании третьего года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- исполнять театральные этюды;
- технические усложненные движения на середине зала;
- продолжать добиваться выразительности и точности исполнения движений;
- исполнять элементы хоровода;
- передавать характер движения и эмоциональное состояние;
- исполнять технически сложные движения;
- правильно распределять силы во время исполнения композиций, воспитывать выносливость.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание и использование методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также плохой посещаемости аудиторных занятий
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

### **Методические рекомендации.**

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.



При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по национальному танцу состоит из двух частей:

Предлагаю следующий тематический план, рассчитанный на 44 учебные недели в учебном году при нормативном сроке обучения 3 года.

Недели	Темы	Количество часов в неделю
<b>1 год обучения</b>		
1.	Ознакомление с предметом. Ходьба и ориентирование в пространстве	1
2.	Ходьба и ориентирование в пространстве	1
3.	Динамические упражнения на регуляцию мышечного тонуса. Умение расслаблять и напрягать мышцы.	1
4.	Научить определять вступление в произведении, Дыхательная гимнастика	1
5.	Определение музыкальной фразы. Дыхательная гимнастика	1
6.	Выполнение поклона на начало фразы. Артикуляционные упражнения	1
7.	Шаг на полу на пальцах с дыхательными упражнениями подсчет. Работа с мышцами	1
8.	Упражнения на развитие внимания и памяти. Игра ; «найди свое место»	1
9.	Упражнения на развитие памяти и мышления, Сочетание методов Тактильности через ощущения.	1
10.	Игра на развитие внимания;» Гори ,гори ясно» русская народная мелодия исполняющаяся в разном теме	1
11.	Знакомство с музыкой различной по характеру ((спокойная, веселая, бодрая, энергичная) .Игра на внимание	1

12.	Правильность выполнения движений рук, плеч, корпуса под счет	1
13.	Движения плеч, корпуса в различном темпе, вверх-вниз с различной амплитудой , наклоны	1
14.	Переключивание предметов по порядку и вразброс от больших к маленьким и наоборот	1
15.	Знакомство с чистоговорками , скороговорками	1
16.	Ритмичное произношение слогов в процессе ходьбы	1
17.	Ритмичное произношение слогов в процессе ходьбы	1
18.	Ритмическое произношение скороговорок и чистоговорок в процессе двигательной деятельности	1
19.	Умение выделять паузы, акценты . Игра «Звери и птицы»	1
20.	Умение читать скороговорки медленно и быстро	1
21.	Знакомство с темпами: allegro(быстро) moderato (Умеренно). Умение сохранить движения в предложенном темпе	1
22.	Умение выделять сильный слог в словах, предложениях, музыкальных рисунках	1
23.	Игра «Поезд» перестроение от высокого до низкого	1
24.	Выполнение подскоков на месте под счет	1
25.	Выполнение подскоков в продвижении	1
26.	Притопы, хлопки, шаги по одному	1
27.	Притопы, хлопки, шаги в парах	1
28.	Произношение скороговорок при хлопках в ладоши по одному и в паре	1
29.	Артикуляционные упражнения, с ориентацией в пространстве	1
30.	Определение характера , темпа, музыки с использованием хлопков по одному и в паре	1
31.	Упражнение « Легкие и тяжелые руки» ритмические движения с дробным счетом	1
32.	Игра «Поезд» перестроение от высокого до низкого	1
33.	Ориентация в пространстве с использованием больших и маленьких предметов	1
34.	Подскоки и бег с использованием различного темпа в музыке	1
35.	Размер 2/4 в музыке расстановка акцентов, с использованием хлопков и ложек	1
36.	Слова которые можно использовать с размером 2/4 , использование ритмического рисунка	1
37.	Топающий шаг на месте	1
38.	Топающий шаг с продвижением вперед	1
39.	Топающий шаг с продвижением назад	1

40.	Игра «Поезд» перестроение от высокого до низкого	1
41.	Построение по парам, в малый круг, большой круг, движение в противоположном направлении	1
42.	Построение в звеньевые колонны для выполнения танцевальных движений	1
43.	Выполнение ритмических рисунков, включающих эти длительности , хлопками, шагами	1
44.	Выполнение ритмических рисунков, включающих эти длительности , хлопками, шагами	1
<b>2 год обучения</b>		
1.	Ритмодекларация без музыкального сопровождения	1
2.	Проговаривание звуков, слогов с отбиванием ритма ладонями	1
3.	Выполнение основных упражнений в ходьбе и беге со звучащими жестами	1
4.	Игры со звучащими жестами, игры диалоги	1
5.	Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ ( знакомство)	1
6.	Отбивание ритма в размере $\frac{3}{4}$	1
7.	Длинные и короткие звуки, умение прохлопать длительность звука	1
8.	Подчеркивание метроритмических долей при ходьбе с хлопками и шагами	1
9.	Знакомство с произведениями используемые в размере $\frac{3}{4}$ (вальс, полька)	1
10.	Знакомство и изучение вальсового шага.	1
11.	Изучение танцевальных движений в ритме $\frac{3}{4}$	1
12.	Использование простейшего стихотворного текста для выполнения логоритмических задач( потешки, прибаутки)	1
13.	Использование простейшего стихотворного текста для выполнения логоритмических задач ( считалки)	1
14.	Использование простейшего стихотворного текста для выполнения логоритмических задач ( дразнилки)	1
15.	Использование простейшего стихотворного текста для выполнения логоритмических задач ( русские народные песенки, потешки, считалки, дразнилки)	1
16.	Построение в звеньевые колоны для выполнения танцевальных движений на середине зала.	1
17.	Подчеркивание метроритмических долей при ходьбе с хлопками и шагами	1
18.	Построение в звеньевые колоны для выполнения танцевальных движений под марш и вальс.	1

19.	Построение в звеньевые колоны для выполнения танцевальных движений на середине зала хоровод	1
20.	Знакомство с метроритмом	1
21.	Знакомство с метроритмом	1
22.	Подчеркивание метроритмических долей при ходьбе с хлопками и шагами	1
23.	Подчеркивание метроритмических долей при ходьбе с хлопками и шагами в размере 2/4,	1
24.	Подчеркивание метроритмических долей при ходьбе с хлопками и шагами в размере 3/4	1
25.	Игра «Танец розы» (вальс из балета П.И. Чайковского «Щелкунчик»)	1
26.	Игра «Прыгуны и пятнашки»	1
27.	Игра «Невод»	1
28.	Артикуляционные упражнения, Пропевание длинных звуков.	1
29.	Русский хоровод (свободная композиция)	1
30.	Русские пляски (свободная композиция)	1
31.	Метроритм: ритмические рисунки	1
32.	Игра «Танец розы» (вальс из балета П.И. Чайковского «Щелкунчик»)	1
33.	Подчеркивание метроритмических долей при ходьбе с хлопками и шагами	1
34.	Игра «Музыка для игрушек»	1
35.	Динамика, характер музыки, темп и динамика, импровизация танцевальных движений	1
36.	Динамика, характер музыки, темп и динамика, импровизация танцевальных упражнений и играх и танцах.	1
37.	Динамика, характер музыки, темп и динамика, импровизация танцевальных движений в танцах с фиксированными движениями	1
38.	Игра «Невод»	1
39.	Умение с прекращением музыки сохранять движения в предложенном темпе	1
40.	Ритмические рисунки с музыкой различной по характеру (бодрой, энергичной, плавной или отрывистой)	1
41.	Игра «Музыка для игрушек»	1
42.	Ритмические рисунки с музыкой различной по жанру (марш, вальс, песня)	1
43.	Ритмические рисунки с музыкой под 2/4	1
44.	Ритмические рисунки с музыкой под 3/4	1
<b>3 год обучения</b>		

1.	Музыкально- ритмические игры (Знакомство)	1
2.	Музыкально- ритмическая игра «Колобок» с нарастанием темпа	1
3.	Построение круга из положения- стоя в шеренге, держась за руки, из рассыпного положения	1
4.	Выполнение ритмического рисунка прослушанной музыки, по памяти	1
5.	Выполнение ритмического рисунка прослушанной музыки с хлопками или шагами.	1
6.	Выполнение ритмического рисунка прослушанной музыки с использованием народных инструментов (ложки)	1
7.	Выполнение ритмического рисунка прослушанной музыки по памяти по одному, или в паре	1
8.	Вальс( разучивание вальсовой дорожки в паре)	1
9.	Игра» Музыкальная карусель»	1
10.	Мимика и жестикауляция в музыкальных этюдах	1
11.	Мимические упражнения с эмоциональным переживанием	1
12.	Музыкальная игра «у медведя во бору»	1
13.	Музыкальная игра «Совы и жаворонки» в разным ритме	1
14.	Переменный счет, танцевальные жанры.	1
15.	« Как за речкой, за рекой»- русская народная мелодия	1
16.	Определение на слух затактовых построений.	1
17.	Определение на слух затактовых построений , умение расставлять акценты.	1
18.	Музыкальная игра «Ладушки» с использованием различного ритма	1
19.	Игра «Гори, гори ясно» с расставлением акцентов с помощью хлопков и ложек	1
20.	Умение координирова слова с движениями в играх	1
21.	Игра « Прыжки по полоскам»	1
22.	Игра «Мяч по кругу»	1
23.	Определение на слух затактовых построений , умение расставлять акценты.	1
24.	Подвижные игры в хороводе, в рассыпную, по парам	1
25.	Упражнения с использованием обручей	1
26.	Игра на координацию слова и движения «Волна»	1
27.	Игра « Молоточки» с использованием хлопков, ложек, шагов с акцентом на сильную долю	1
28.	Игра- хоровод «Каравай» с постепенным увеличением ритма, или замедлением ритма	1
29.	Музыкально -ритмическая игра: «Большие и маленькие ножки»	1

30.	Умение анализировать несложные произведения на слух.	1
31.	Игра на координацию слова и движения «Волна»	1
32.	Передача движения характерного тому или иному произведению	1
33.	Игра на координацию движения с использованием слов «Если нравится тебе делай так..»	1
34.	Игра- хоровод «Каравай» с постепенным увеличением ритма, или замедлением ритма	1
35.	Умение координирование а слова с движениями в играх	1
36.	Дыхательные упражнения « Сытый хомячок» умение координировать движения.	1
37.	Игра «Гора, дерево, коска» с использованием разных темпов	1
38.	Определение на слух затактовых построений , умение расставлять акценты.	1
39.	Игра на координацию слова и движения «Волна»	1
40.	Игра- хоровод «Каравай» с постепенным увеличением ритма, или замедлением ритма	1
41.	Умение производить хлопки и шаги различных ритмических рисунков	1
42.	Игра на координацию слова и движения «Волна»	1
43.	Умение производить хлопки и шаги различных ритмических рисунков с использованием музыкальных инструментов	1
44.	Игра «Гора, дерево, коска» с использованием разных темпов	1