

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного
образования города Москвы "Детская школа искусств "Тутти"**

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
Педагогического совета
от 31 августа 2026 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом Государственного бюджетного
учреждения дополнительного
образования города Москвы "Детская
школа искусств "Тутти"
от "1" сентября 2026 г. № 33/ОД

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в
области искусств
"Мир искусств"

**Рабочая программа по учебному предмету
"Гептахор/ритмика/танец"**

для детей с РАС и нарушениями коммуникативной сферы

Москва 2026

Структура рабочей программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- Характеристика рабочей программы учебного предмета, ее место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации программы учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета;
- Сведения о затратах учебного времени;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи программы учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий для реализации *программы* учебного предмета.

II. Учебно-тематический план

III. Содержание предмета по направлениям

III. Требования к уровню подготовки учащихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание
- Критерии оценки

V. Методическое обеспечение учебного процесса

VI. Список литературы и средств обучения

I. Пояснительная записка

Характеристика рабочей программы учебного предмета, ее место и роль в образовательном процессе

Рабочая программа учебного предмета «Гептахор/ритмика/танец» (далее – Программа) разработана Государственным бюджетным учреждением дополнительного образования города Москвы "Детская школа искусств "Тутти" (далее – Школа) на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06- ГИ, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области хореографического искусства в детских школах искусств.

Программа предназначена для групп детей с РАС и нарушениями коммуникативной сферы.

О методике «Гептахор»

Музыкальное движение — уникальное направление свободного танца для детей и взрослых, созданное студией «Гептахор» вот уже 100 лет назад. Его появление было вдохновлено выступлениями Айседоры Дункан в России, но уже с первых дней своего существования этот метод стал формироваться как оригинальная система, в которой работа с музыкой и движением — а главное, с самим человеком — ведется совершенно особенным образом.

Музыкальное движение относится к так называемым «творческим» или активным методам обучения. Основная идея таких методов состоит в том, чтобы в процессе обучения, по возможности, создавать полноценные ситуации, требующие от ребенка самостоятельного, осмысленного действия.

Перед настоящей Программой встала задача не только определить объем и последовательное изучение материала, но и продолжать дальше развивать и совершенствовать методику преподавания «Гептахор/ритмика/танец» предоставить преподавателю самому учитывать принципы доступности для ребенка и постепенности освоения материала.

Цель Программы - всестороннее развитие психических и физических качеств детей с РАС в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Главная задача - создать условия для вовлечения ученика в процесс активного труда, упорства, внимательности, собранности.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной ритмичной ходьбе, бегу, умению прыгать, разным видам движений с мячом. Дети выполняют различные упражнения по показу и на основе словесного описания, а также под музыку в игровой форме.

В практические задачи данного курса входит:

1. формирование осанки;
2. корректировка физических недостатков строения тела;
3. тренировка сердечнососудистой и дыхательной систем;
4. развитие мышечно-связочного аппарата;
5. развитие танцевально-ритмической координации и выразительности.

Важным элементом занятий является наличие музыкального сопровождения. Это создает особую атмосферу, воспитывает музыкальность и фантазию.

Срок реализации учебного предмета

Срок реализации программы учебного предмета «Гептахор/ритмика/танец» - 4 года.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом Школы на реализацию учебного предмета

Продолжительность учебных занятий в первом классе составляет 34 недели. Продолжительность учебных занятий, начиная со второго класса, составляет 35 недель.

С первого по четвертый классы в течение учебного года предусматриваются каникулы в объеме не менее 4 недель, в первом классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти. Летние каникулы устанавливаются в объеме 13 недель. Осенние, зимние, весенние каникулы проводятся в сроки, установленные учебно-календарным графиком Школы на текущий учебный год.

Сведения о затратах учебного времени, предусмотренных на освоение учебного предмета

Вид учебной работы, нагрузки, контрольные мероприятия	Затраты учебного времени								Всего часов
	1-й год		2-й год		3-й год		4-й год		
Годы обучения									
Полугодия	1	2	3	4	5	6	7	8	
Аудиторные занятия в часах	32	36	32	38	32	38	32	38	278
Максимальная учебная нагрузка в часах	32	36	32	38	32	38	32	38	278
Контрольное мероприятие	-	Контрольное мероприятие	-	Контрольное мероприятие	-	Контрольное мероприятие	-	Контрольное мероприятие	

Форма проведения учебных аудиторных занятий

Занятия проводятся в индивидуальной или мелкогрупповой форме (2 – 4 человека). Данные формы занятий позволяют преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

Рекомендуемая продолжительность академического часа - 30 – 40 минут.

Цели и задачи учебного предмета

Основной целью этой программы является: научить детей с РАС сочетать движение с музыкой и умение применять свое чувство ритма (природное или развитое) в танцевальной практике.

Задачи Программы:

1. Развитие двигательных способностей.

2. Обогащение детей музыкальными впечатлениями.
3. Умение ориентироваться в пространстве.
4. Воспитание музыкально-ритмического чувства, эмоциональной выразительности.
5. Воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения.
6. Развитие музыкально-ритмической координации.
7. Приобщение к творчеству.

Обоснование структуры программы учебного предмета

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;

- распределение учебного материала по годам обучения;

- формы и методы контроля, система оценок;

- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач Программы используются следующие методы обучения:

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);

- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка, поощрение за сделанное задание);

- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);

- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков)

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база Школы должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

- Для реализации программы «Гептахор/ритмика/танец» необходимо иметь: танцевальный зал, имеющий пригодное для танца напольное покрытие;

- коврики;

- зеркала на одной стене;

- телевизор;

- магнитофон;

- магнитную доску для карточек ПЕКС.

Предусмотрено наличие в зале мест для сопровождающих, тьюторов, а также наличие места для эмоциональной разгрузки, где находятся предметы и вещи, которые связаны для него с комфортом: книги, блокирующие шум наушники, блокирующая свет повязка для глаза, банкетка, на которой можно сидеть или лежать.

II. Учебно-тематический план

1 год обучения

Занятия проходят 2 раза в неделю

№	Название разделов и тем	Количество часов
1	Ритмические движения, ориентировка по залу (ходьба и бег)	12
2	Гимнастика (упражнения стоя, сидя, лежа)	12
3	Музыкальное движение	16
4	Импровизация под музыку.	8
5	Работа на внимание с предметами (мяч, гимнастическая палка, прыгалки итд.)	8
6	Подвижные игры с танцевальными элементами	8
7	Промежуточная аттестация	4
	Итого:	68 часов

2 год обучения

Занятия проходят 2 раза в неделю

№	Название разделов и тем	Количество часов
1	Ритмические движения, ориентировка по залу (ходьба и бег)	14
2	Гимнастика (упражнения стоя, сидя, лежа)	12
3	Музыкальное движение	16
4	Импровизация под музыку.	8
5	Работа на внимание с предметами (мяч, гимнастическая палка, прыгалки итд.)	8
6	Подвижные игры с танцевальными элементами	8
7	Промежуточная аттестация	4
	Итого:	70 часов

3 год обучения

Занятия проходят 2 раза в неделю

№	Название разделов и тем	Количество часов
1	Ритмические движения, ориентировка по залу (ходьба и бег)	14
2	Гимнастика (упражнения стоя, сидя, лежа)	12
3	Музыкальное движение	16
4	Импровизация под музыку.	8
5	Работа на внимание с предметами (мяч, гимнастическая палка, прыгалки итд.)	8
6	Подвижные игры с танцевальными элементами	8
7	Промежуточная и итоговая аттестация	4
	Итого:	70 часов

4 год обучения

Занятия проходят 2 раза в неделю

№	Название разделов и тем	Количество часов
1	Ритмические движения, ориентировка по залу (ходьба и бег)	14
2	Гимнастика (упражнения стоя, сидя, лежа)	12
3	Музыкальное движение	16
4	Импровизация под музыку.	8
5	Работа на внимание с предметами (мяч, гимнастическая палка, прыгалки итд.)	8
6	Подвижные игры с танцевальными элементами	8
7	Промежуточная и итоговая аттестация	4
	Итого:	70 часов

III. Содержание предмета по направлениям

1. **Ритмические движения** - развитие способности передавать в пластике музыкальный образ используя следующие виды движения:

Основные:

- ходьба: бодрая спокойная, на полу-пальцах, шаги топающие вперед, назад "спиной", высокий шаг;
- бег: легкий, ритмичный, передающий различные образы;
- прыжковые движения: на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп, подскоки;
- ориентировка по залу: находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться парами и друг за другом.

2. **Гимнастика** - на различные группы мышц.

Упражнения на двигательную систему: "голова, корпус, ноги, руки"

Упражнения на плавность движений: махи, пружинность, все на основе игрового образа.

3. **Музыкальное движение** - простейшие танцевальные элементы "выставление ноги на пятку, притопывание одной или двумя ногами, руки на поясе или легкие движения руками"

Имитационные движения тоже включаются в танцевальные движения: образно-танцевальные движения помогают детям в танце, дети показывают состояние, например: веселый или грустный зайчик, хитрая лиса, красивая кукла.

4. **Импровизация/гепахор** - формирование умений использовать знакомые движения в танцевально-игровых заданиях под музыку.

- развитие воображения, фантазии, умение находить свои движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами.
- развитие психических процессов
- развитие слухового внимания, умение начинать и заканчивать, начинать и заканчивать движения вместе с музыкой, особенности координировать слуховые представления и двигательные реакции.
- развитие подвижности нервных процессов-умение изменять движение в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и медленным)
- умение выражать эмоции в мимике.

5. **Подвижные игры с танцевальными элементами:**

«Карлики и великаны», «Мячик», «Как под наши ворота», «Кот и мыши», «Веселый хоровод», «Пингвинчик», «Барашек на прогулке», «Мельница», «Карусели», «На лошадке», «Летка-енька», «Макаrena», «Во садули, во городе...», «Паравозик» и др.

IV. Форма и методы контроля, система оценок

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы «Гептахор/ритмика/танец» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся. Содержание промежуточной аттестации и условия ее проведения разрабатываются Школой самостоятельно.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Текущий контроль направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, имеет воспитательные цели, может носить стимулирующий характер.

Текущий контроль осуществляется регулярно преподавателем. В них учитываются:

- отношение ребенка к занятиям, его старания и внимательность;
- качество выполнения предложенных заданий;
- инициативность и проявление самостоятельности на уроке;
- темпы продвижения.

На основании результатов текущего контроля проводится контрольный урок преподавателем, без присутствия комиссии.

Промежуточная аттестация определяет успешность развития учащегося и степень освоения им учебных задач в конце каждого полугодия учебного года. Промежуточная аттестация носит творческий характер и может проводиться в виде импровизации.

К итоговой аттестации допускаются обучающиеся, полностью выполнившие учебный план программы.

Критерии оценки

Критерии оценки качества подготовки обучающегося позволяют: определить уровень освоения обучающимся материала, предусмотренного Программой оценить умение обучающегося в выполнении практических задач.

Зачет (без оценки) отражает достаточный уровень подготовки на данном этапе обучения, соответствующий программным требованиям.

Освоение обучающимися Программы завершается итоговой аттестацией обучающихся.

Итоговая аттестация проводится в форме концертного выступления, импровизации, открытого урока.

. При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- успешность работы ученика;
- выполнение заданий на контрольном уроке.

Критерии оценки для различных форм аттестации для обучающихся по программам АООП 8.1, 8.2.

Оценка "5" (отлично) выставляется при исчерпывающем выполнении поставленной задачи, за безупречное исполнение задания.

Оценка "4" (хорошо) выставляется при достаточно полном выполнении поставленной задачи (в целом), за хорошее исполнение задания, в том случае, когда продемонстрировано достаточное понимание материала, проявлено индивидуальное отношение, однако допущены небольшие технические и стилистические неточности не разрушающие целостность выполненного задания.

Оценка "3" (удовлетворительно) выставляется при демонстрации достаточного минимума в выполнении поставленной задачи, в том случае, когда продемонстрировано недостаточное владение техническими приемами.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

Основная форма учебной и воспитательной работы - урок в классе, совместная работа педагога и ученика по выполнению упражнений. Урок может иметь различную форму, которая определяется не только конкретными задачами, стоящими перед учениками, но также во многом обусловлена их психологическими индивидуальностями и особенностями.

В работе с детьми преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть основан на выполнении известных правил: от простого к сложному.

Приступая к обучению, надо исходить из индивидуальных возможностей ребенка. Необходимым условием для успешного обучения - является формирование у ученика правильной постановки корпуса, рук, ног и головы. Особое место занимает работа над координацией движений, поэтому, с первых занятий обучения необходимо развивать ловкость и внимание, как одно из наиболее важных двигательных качеств, необходимых на занятии. Без ловкости и внимания нельзя усвоить ни одно упражнение. Они позволяют избежать травм при выполнении движений.

Правильная организация учебного процесса, успешное развитие данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа. Одна из самых главных методических задач состоит в том, чтобы научить ребенка работать самостоятельно.

VI. Список используемой и рекомендуемой литературы.

1. Миловзорова М.С. «Анатомия и физиология человека». «Медицина». М., 1972
2. Колтановский А., Брыкин А. "Общеразвивающие и специальные упражнения". М., 1973
3. Петрова Н. Путешествия с Алисой, или Разбитое зазеркалье. Книга про аутизм для родителей, воспитателей, педагогов и психологов. М.: Диля, 2010
4. Лич Д. Прикладной анализ поведения. Методики инклюзии учащихся с РАС. М.: Оперант, 2015.
5. Ньюмен С. Игры и занятия с особым ребёнком, перевод. Н. Холмогоровой. М, 1999.
6. Васильева Т. «Секрет танца» С-Пб. 1997 г.
7. Раевская Е. «Музыкально-двигательные упражнения» М. 1991 г.
8. Щербакова Н. «От музыки к движению и речи» М. 2001 г.
9. «Программа воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А. Васильевой
10. Айламазьян А.М. Метод музыкального движения в практике дошкольного и начального школьного образования: методические материалы. М.: ФИРО, 2013. (Федеральный государственный образовательный стандарт "Дошкольное образование")

11. Шоплер Э., Ланзид М., Ватерс Л. Поддержка аутичных и отстающих в развитии детей. Сборник упражнений для специалистов и родителей. Издательство БелАПДИ — «Открытые двери», Минск, 1997

Интернет-библиотека по инклюзии.

1. Шеманов А. Ю., Попова Н.Т.

ИНКЛЮЗИЯ В КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКОЙ ПЕРСПЕКТИВЕ

https://docviewer.yandex.ru/view/225822570/?page=1&*=xELcOT3uMWaAnOVmKSg8
ShuKrsx7InVybcI6InlhLWJyb3dzZXI6Ly80RFQxdVhFUFJySlJYbFVGb2V3cnVIZWRkWC1
xYlo3SEVuZHIWczgyWVBiNVVo4eEJ6c2ZUTXlqZGxRMDQxMERLUW4tQXdlZWtmWXI0
SEN6Y29JLVRSNIMxRHpiQ1VwSXh0OThnUWQxckNwYWxpMzQ4c1pHcjZNOGJRWVh
SZldnUkFyakhkR0hjaFpFNHVzbURiU3dlTFE9PT9zaWduPUphHV2t4ck43SG1Db2RSaFRUek
1hZDVOU2hxWThYZWZ6QUJMeGI3MkdDY1k9IiwidGl0bGUiOiIwM19pbmtsaXV6aWlhX
3Zfa3VsdHVyb2xvZ2ljaGVza29pX3BlcnNwZWt0aXZlX3NoZW1hbm92LmRvYyIsIm5vaWZ
yYW1lIjpmYWxzZSwidWlkIjoiMjI0ODIyNTcwIiwidHMiOiJlNTkxMzg4NTM1NTUsInl1Ijoi
NTYwODA3MDYyMTU1NiJxMjk5NiJ9

- ## 2. Ами Яско АУТИЗМ — ПУТЬ К ВЫЗДОРОВЛЕНИЮ

<https://freedocs.xyz/pdf-437919972>

- ### 3. Марк Хайман МОЗГ ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

<https://www.rulit.me/author/hajman-mark/mozg-obratnaya-svyaz-kak-nashe-telo-i-sreda-vliyayut-na-rabotu-mozga-download-free-398167.html>

- #### 4. Тамара Кимельман КАК ПОБЕДИТЬ АУТИЗМ

<https://docplayer.ru/73587688-Tamara-kimelman-kak-pobedit-autizm.html>

- ## 5. Дэвид Перлмуттер ЕДА И МОЗГ

https://www.rulit.me/programRead.php?program_id=363856&page=1

- ## 6. Кэти Летт МАЛЬЧИК КОТОРЫЙ УПАЛ НА ЗЕМЛЮ

<https://www.litmir.me/br/?b=159737&p=1>

- ## 7. Тинус Смитс АУТИЗМ: ПРЕОДОЛЕВАЯ ОТЧАЯНИЕ

<http://www.mhc.ru/knigi/autizm-preodolevaya-otchayanie>

- ## 8. Карточки ПЭКС

<http://semjadow.ru/terapiya/kak-sdelat-papku-pecs.html>

- ## 9. Сборник научных и методических книг по инклюзии