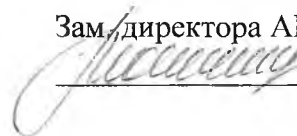


«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора АПНИ по социальной работе

  
Н.Н.Максимова

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор АПНИ

  
В.А.Прусский  
« 29 » января 2025 год



**АДАптиРОВАННАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ЗАНЯТИЙ СОВРЕМЕННЫМИ  
ТАНЦАМИ ДЛЯ ПОЛУЧАТЕЛЕЙ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ  
ОГАУСО «АНГАРСКИЙ ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ИНТЕРНАТ»  
ИМЕЮЩИХ МЕНТАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ  
«ЭНЕРГИЯ».**

Программа разработана заведующим отделения ПП:

Рудовой Т.С

специалистом по комплексной реабилитации

Агишевой Е.В.

## **Актуальность.**

Танец – одно из средств выражения своих чувств, переживаний, различных эмоций и просто коммуникации с окружающим миром и социумом. По средствам танца, люди с ограниченными возможностями здоровья, могут показывать свой внутренний мир, получать физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта, а значит, укреплять не только своё здоровье, но и развивать физические качества: вырабатывать правильную осанку, координацию движений, силу, ловкость. Занятия танцами именно для ПСУ с ментальными нарушениями, это возможность обучения взаимодействия в коллективе, культурное и творческое развитие, но самое главное – возможность чувствовать себя уверенно, повышать свою самооценку, расширять активное жизненное пространство, а значит, успешно социализироваться, с учетом своих интересов и желаний, и получать жизненно важные практические навыки.

Так же, занятия танцами учат получателей социальных услуг красоте и выразительности движений, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Кроме того, занятия требуют напряженных усилий и собранности, повышают трудолюбие, закаляют волю, характер, способствуют всестороннему развитию личности. Танцы - один из любимых и популярных видов искусства - дают широкие возможности в деле физического, эстетического и этического развития ПСУ с ментальными нарушениями.

Сегодня, среди молодежи, очень популярна социальная сеть «Тик-Ток». Она плотно вошла в их жизнь и именно там, ПСУ, наблюдая не только за популярными блогерами, но и за обычными ребятами, которые поют или танцуют на камеру, чувствуя себя уверенно и позитивно, захотели тоже попробовать танцевать под популярные хиты и челленджи из «Тик-Ток». Именно для этих целей, в отделении поддерживаемого проживания разработана данная адаптированная программа обучения современным танцам.

**Цель программы** – развитие и сохранение физических возможностей получателей социальных услуг с ментальными нарушениями, раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности.

### **Задачи программы:**

- приобщение ПСУ к танцевальной культуре, обогащение их танцевального опыта;
- укрепление здоровья получателей социальных услуг, активизация физического развития;
- воспитание культуры общения и командного сотрудничества;
- психоэмоциональное и социальное развитие личности получателей социальных услуг;
- развитие и совершенствование артистических способностей;
- сохранение и укрепление здоровья получателей социальных услуг;
- развитие и укрепление памяти, по средствам запоминания движений и их очередности.

### **Сроки реализации программы:**

- программа реализуется ежегодно в течение года.

### **Формы реализации программы:**

Танцевально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое и целенаправленное развитие танцевальных способностей каждого ПСУ, проходят ежедневно в актовом зале учреждения, либо в комнате отдыха отделения поддерживаемого проживания. Основной упор направлен на запоминание танцевальных элементов, отработку синхронности и четкости движений. Занятия проходят малыми и средними группами, от 2х до 8-ми человек.

### **Ожидаемые результаты:**

С начала работы программы поставлено два полноценных танца: один в русском народном стиле под песню популярной исполнительницы Татьяны Куртуковой «Ромашка – василек», второй, современный, под саунд-трек к фильму «Дедпул». Оба танца очень популярны в социальной сети «Тик-ток» и основные движения взяты и разучены именно из челленджей популярных блогеров. Также, оба были представлены на концертах в учреждении, и были

с большим восторгом приняты зрителями. Таким образом, получатели социальных услуг, участвующие в танцевальных занятиях, имеют возможность показывать результаты своего труда и чувствовать себя настоящими «звездами». В настоящее время идут репетиции нового танца и постановка челленджа. Проживающие самостоятельно ищут на просторах «Тик-Ток» понравившиеся танцы, коллективно обсуждают, выбирают движения и с удовольствием приходят на репетиции.

В процессе разучивания танцевальных движений, отработки техники и ритма, у занимающихся получателей социальных услуг восполняется двигательный дефицит и активность, развивается память и мыслительные процессы, а также укрепляются такие свойства личности как организованность, коллективизм, чувство прекрасного.