РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ СТУДИИ «ФЛЕШ»

Подписан: Нархова Елена Александровна
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Дата: 2023.10.04 15:23:17+03'00'

I.Пояснительная записка.

Рабочая программа по дополнительному образованию хореографического кружка «Флэш» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ РО Шахтинской специальной школы-интерната №16 далее, АООП УО (вариант 1).

АООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализациих особых общеобразовательных потребностей, а также индивидуальныхособенностейи возможностей.

Адаптированная рабочая программа по дополнительному образованию составлена на основе Федерального компонента государственного стандарта начального общего образования, Закона об образовании и методики преподавания танца по системе А.П. Фомина, А.Н. Беликовой, классический танец по методике Т.В. Пуртовой, Е.В. Горшковой «От жеста к танцу», С.Л. Слуцкой «Танцевальная мозайка», А.В. Бурениной «Ритмическая мозайка».

Адаптированная рабочая программа содержит общую характеристику кружковой деятельности хореографического кружка "Флэш", предметные, метапредметные и личностные результаты его освоения, содержание курса, тематическое планирование учебно-методического материала, материально-технического обеспечения образовательного процесса, планируемые результаты освоения учебного предмета.

Данная программа по хореографии представляет собой целостный документ, включающий следующие разделы: пояснительную записку, содержание курса, перечень учебно-методического обеспечения, требования к уровню подготовки учащихся.

Цель программы – приобщение детей с ограниченными возможностями здоровья к танцевальному искусству, развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи, направленные на реализацию поставленной цели:

- **Обучающая:**

-формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма;

-обеспечить усвоение практических умений и навыков при изучении программного материала, изучить терминологию в народном танце;

-изучить историю танцевальной культуры;

- **Развивающая:**

-способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала; формированию красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, упражнениях;

-развитие чувств ритма и музыкальности детей, их моторико-двигательной и логической памяти;

-развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце;

-развитие коммуникативных и организаторских способностей и разносторонних качеств личности обучающихся путём приобщения их к культурному наследию своей страны, к деловому сотрудничеству в процессе коллективной деятельности;

-развитие потребности в самораскрытии и самореализации;

-развитие и формирование художественного вкуса и эстетических наклонностей в выборе своего имиджа, подготовка воспитанников.

- **Воспитательная:**

-способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса;

-воспитывать у обучающихся настойчивость и стремление преодолевать трудности, возникающие перед ними в выполнении тех или иных упражнений;

-воспитание духовно-нравственных ценностей обучающихся;

- воспитание любви и уважения к народным традициям.

Общая характеристика.
Содержание программы хореографического кружка «Флэш» направлено на обеспечение двигательных потребностей детей, на развитие координации движений, ориентировку в пространстве, на улучшение эмоционального состояния. Характерные для детей с ОВЗ особенности поведения и личностных реакций, эмоционально-волевая незрелость хорошо поддаются коррекции на уроках хореографии. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственны хореографии, способствуют общему разностороннему развитию школьников, преодолению отклонений в психическом и физическом развитии.
Актуальность программы.
Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованны, неподвижны, медлительны, другие – разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держаться: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят

ноги при ходьбе и т.п. поэтому создаются все условия для коррекции недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.
В занятия входят танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело, способствуя правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по хореографии направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.
На занятиях хореографии постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.
Занятия по хореографии тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки хореографии наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На занятиях дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений. Занятия по хореографии положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждый урок нужно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно, также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Занятия по хореографии оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Место предмета в плане воспитательной работы.
В соответствии с планом воспитательной работы, хореографический кружок "Флэш" посещают обучающиеся 1-11 классов. В хореографическом кружке занимаются обучающиеся младших и старших классов. Учитывая возрастные особенности детей, были сформированы две группы - младшая и старшая.Занятия проводятсясогласно графика работы кружка. Недельная нагрузка-12,6 часов.
В рабочей программе предусмотрены следующие разделы: «Ритмико-гимнастические упражнения», «Современный танец», «Народный танец», «Постановочная работа».
В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.
Каждый раздел включает теоретическую часть и практический материал, который дается в порядке постепенного усложнения и излагается в определенной последовательности: описание, методические указания, дополнительные материалы, вопросы и задания. Учитывая специфику предмета, работа строится по концентрическому методу (спирали). Все разделы вначале изучаются на более простом материале, а затем, возвращаясь к этим разделам, используются более сложные варианты. Таким образом, соблюдается основной дидактический принцип – идти от простого к сложному. Благодаря концентричному методу большинство занятий хореографии носят комплексный характер и включают материал разных разделов.

Личностные, метапредметные и предметные результатыосвоения учебного материала обучающихся с ОВЗ.

Личностные результаты

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы. Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты

Регулятивные

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

Познавательные

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

Коммуникативные

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с учителем и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Предметные результаты

- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки.
- различать основные характерные движения современных танцев.

II.Содержание программы.

1. Вводное занятие.

Знакомство с программой на учебный год. План творческих мероприятий на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Культура поведения на учебных занятиях. Утверждение расписания. Форма одежды. Введение в образовательную программу. Обсуждение репертуара на предстоящий учебный год.

Практическая часть. Знакомство с детьми. Просмотр детей с целью определения уровня их танцевального развития: пластики, наличия координации и музыкального слуха, уровень физической подготовки; наличия отклонений в работе двигательного аппарата. Выявление заболеваний органов дыхания и движения.

2. Сценическое движение

Теория: Что такое выразительность. Сценические игры и пантомимы.

Практика: Упражнения на развитие баланса и координации, упражнения на напряжение и расслабление мышц, ориентации в пространстве, упражнения на выразительность (пантомимы, инсценировки).

Форма контроля: групповое и индивидуальное занятие.

3. Ритмика и танцевально-ритмическая гимнастика

Теория: Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Понятия о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце. Понятие о мышечном тонусе.Основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц.

Практика: Упражнения на выворотность ног и развитие осанки (сгибания, разгибания, повороты). Укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса, мышц брюшного пресса. Упражнения для развития подвижности рук, ног, тела. Упражнения для гибкости шеи, для подвижности плечевых суставов. Упражнения на растяжку и основы гимнастики на полу. Игровой стрейчинг. Упражнения на растяжку и укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа). Приседания, прыжки.

Форма контроля: Групповое и индивидуальное занятие.

4. Основы современного эстрадного танца

Теория: Элементы современного эстрадного танца. Процесс дыхания. Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Понятия о линиях корпуса. Обсуждение костюмов.

Практика: Элементы современного эстрадного танца. Общие связки и вариации. Постановка танцев для Новогодних утренников.

Характер, настроение, оформление танца. Рисунок танца. Разучивание отдельных элементов. Отработка движений без музыки, под счёт.

Отработка движений под музыку. Репетиция танца.

Форма контроля: Групповой и индивидуальный педагогический контроль.

5. Ритмика. Общеразвивающие упражнения

Теория: Понятие слов «баланс» «пластика». Основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания.

Практика: Танцевальные шаги, ходьба. Степ-тач, кросс-степ, марш, подскоки и прыжки. Разминка плечевой части и рук. Координация работы бока и бедра. Наклоны в стороны, вперёд и назад. Работа стопы. Растяжка всех групп мышц

Упражнения на укрепление пресса. Упражнения на пластику.

Форма контроля: Групповое и индивидуальное занятие.

6. Основы народно-сценического танца.

Теория: Беседа. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестра народных инструментов, просмотр видеоматериалов. Обсуждение костюмов.

Практика: Положение рук, ног, головы. Повороты и вращения в танце. Развитие координации движений. Переменный и боковой шаг, «припадания».

Направления танцевального движения в зале: лицом по линии танца по кругу, в центр круга. Движение вперёд и назад, движение по спирали

Форма контроля: Групповой и индивидуальный педагогический контроль.

7. Танцы народов мира.

Теория: История танца. Просмотр видеоматериалов. Основные движения.

Характер, настроение, оформление танца. Обсуждение костюмов.

Практика: Постановка танца народов мира,у каждой группы разной национальности. Рисунок танца.

Разучивание отдельных элементов. Отработка движений без музыки, под счёт

Отработка движений без музыки и под музыку. Репетиция танца. Отработка ритмичности, слаженности

Форма контроля: Групповое и индивидуальное занятие.

8. Основы классического танца. Вальс

Теория: История танца. Просмотр видеоматериалов. Основные движения.

Прослушивание музыки. Постановка школьного вальса. Характер, настроение, мелодичность, рисунок, оформление танца.

Практика: Вальс на месте, вальсовый поворот. Работа парами. Направления танцевального движения в зале: лицом по линии танца. Движение по кругу. Положение рук и ног, спины и головы. Разучивание рисунка танца. Отработка отдельных элемент без музыки под счёт. Отработка движений под музыку. Репетиция танца. Отработка ритмичности и слаженности. Отработка плавности и художественной выразительности.

Форма контроля: Групповое и индивидуальное занятие.

9. Концертная деятельность.

Теория: Правила поведения на сцене и в концертном зале.

Практика: Составление программы. Репетиции. Подготовка и выступления на фестивалях, концертах и конкурсах.

Форма контроля: концерт

10. Итоговые занятия.

Теория: Полугодовое и годовое итоговые занятия - отчетные концерты.

Практика: Подведение итогов за полугодие и год. Итоговые тестирования. Самоанализ итоговых выступлений. Характеристика успешности каждого воспитанника. Результаты усвоения программы.

Форма контроля: Отчетный концерт.

III.Планируемые результаты.

Обучающиеся хореографического кружка:

- должны знать:

хореографическую азбуку, азбуку музыкального движения, элементы классического танца, элементы партерной гимнастики, элементы современного, народного танца.

- должны уметь:

готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне;ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;ходить и бегать по кругу, с сохранением правильных дистанций, не сужаякруг и, не сходя с его линии;ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;выполнять игровые и плясовые движения;выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; сохранять правильную дистанцию в колонне парами; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и тепе.

- иметь навыки:

владения корпусом, движением рук и ног, координацией; музыкально-ритмической деятельности; правильного и выразительного движения; организованности и дисциплинированности.

Заключительная часть:

Следует отметить, что в процессе реализации программы возникают изменения, дополнения, корректировки. Но основные принципы работы в хореографической группе остаются без изменения.

Механизм оценки результатов:

Для определения фактического образовательного уровня обучающихся используются следующие формы:

- просмотры;
- открытые занятия;
- сольные концерты;
- участие в фестивалях, конкурсах.

Методы занятий:

1.Словесный (объяснения, замечания)

2.Наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы)

3.Практический (выполнение движений)

Структура занятий:

1.Подготовительная часть (разминка)

2.Основная часть (разучивание нового материала)

3.Заключительная часть (закрепление выученного материала)

Для отслеживания динамики освоения АООП и анализа результатов образовательной деятельности разработан педагогический мониторинг. Мониторинг осуществляется в течение всего учебного года. В течение учебного года в коллективе проводятся не менее двух концертов.

Материально-техническое обеспечение

- Учебный кабинет, актовый зал;
- Музыкальный центр;
- Фонотека;
- Наглядные демонстративные пособия;
- Коврики для выполнения упражнений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветкина, «Учите детей танцевать», М., Владос 2003 г.
2. Е.И. Подольская, «Комплексы лечебной гимнастики», Волгоград 2011 г.
3. Т.Г. Анисимова, С.А. Ульянова «Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия», Волгоград 2011 г.
4. Суворова Т. И., Танцевальная ритмика для детей: Учеб.пособие. 2010 г.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - М., 1999 г.
6. О.Л. Киенко, «Игровой стретчинг», Харьков 2014 г.
7. О.Л. Киенко, «Партерная гимнастика», Харьков 2014 г.
8. Т.Барышникова Азбука хореографии – Санкт- Петербург 2010 г.
9. С.Н. Кириченко, «Оздоровительная аэробика», Волгоград 2011 г.
10. О. Савчук, «Школа танцев для детей», Ленинградское издательство 2009 г.
11. CD диск С. Железнев, издательство детских образовательных программ «ВЕСТЬ-ТДА», «Пальчиковая гимнастика», М., 2012 гЕ.И. Подольская, «Формы оздоровления - кинезиологическая и дыхательная гимнастика», Волгоград 2010 г.
12. Т.А. Казаринова, «Хороводы и кадрили», учебное пособие, Пермь, 2001 г.
13. Е.Ю. Черемнова «Танцетерапия», Ростов-на-Дону, 2011 г.

IV. Календарно-тематическое планирование хореографического кружка "Флэш".

№	Тема	Кол-во часов	Дата	Основные виды деятельности обучающихся на занятии
1	Вводная беседа. Правила поведения и техника безопасности на уроке хореографии.	3		Беседа.

2-4	Основы хореографии.	9		Исполнение движений, беседа.
5-8	Русские народные движения. Изучение движения «ковырялочка», «ёлочка», «гармошка», «моталочка». Изучение движения «верёвочка». Изучение не усложнённых дробей. Постановочная работа. Изучение русских народных этюдов. Танец «Гармошка-недотрожка». Постановочная работа. Изучение танцевальной композиции «Учитель».	12		Исполнение движений, беседа. Изучение и отработка композиции танца.
9-12	Постановочная работа. Изучение эстрадного танца «Жадина». Изучение первой части танца. Постановочная работа. Изучение танцевальной композиции «Учитель».	12		Исполнение движений, беседа. Изучение и отработка композиции танца.
13-16	Постановочная работа. Изучение эстрадного танца «Жадина». Изучение второй и третьей части танца.	12		Изучение и отработка композиции танца.
17-20	Репетиционная работа. Выступление на празднике,	12		Отработка композиции

	посвященному Дню учителя.			танцев. Исполнение танцев на празднике.
21-24	Изучение основных элементов эстрадного танца. Танец с цветами. Изучение первой части танца.	12		Исполнение движений, беседа.
25-28	Танец «Мама». Изучение первой части танца.	12		Исполнение движений, беседа.
29-32	Танец с цветами. Изучение второй и третьей части танца.	12		Изучение и отработка композиции танца.
33-36	Танец «Мама». Изучение второй и третьей части танца.	12		Изучение и отработка композиции танца.
37-40	Изучение танца снежинок. Изучение первой части танца.	12		Изучение и отработка композиции танца.
41-44	Репетиционная работа. Выступление на празднике, посвященному Дню матери.	12		Отработка композиции танцев. Исполнение танцев

				на празднике.
45-48	Изучение танца снежинок. Изучение второй и третьей части танца.	12		Изучение и отработка композиции танца.
49-52	Изучение основных элементов эстрадного танца. Изучение танца с бабой-ягой. Изучение первой части танца.	12		Изучение и отработка композиции танца.
53-56	Изучение танца с бабой-ягой. Изучение второй и третьей части танца.	12		Изучение и отработка композиции танца.
57-60	Постановочно-репетиционная работа.	12		Изучение и отработка композиции танца.
61-63	Репетиционная работа. Выступление на Новогоднем празднике.	9		Отработка композиции танцев. Исполнение танцев на празднике.
I полугодие:				189 часов
64-67	Изучение основных элементов танцев. Танцы «Яблочко», «Синий платочек». Изучение первой части танцев.	12		Исполнение движений, беседа.

68-71	Изучение основных элементов танцев. Танцы «Яблочко», «Синий платочек». Изучение второй и третьей части танцев.	12		Изучение и отработка композиций танцев.
72-75	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных композиций.	12		Изучение и отработка композиций танцев.
76-79	Изучение основных элементов эстрадных танцев. Танцы «Мама, мамочка», Танец «Ярмарка». Изучение первой части танцев.	12		Исполнение движений, беседа.
80-83	Изучение основных элементов эстрадных танцев. Танцы «Мама, мамочка», Танец «Ярмарка». Изучение второй и третьей части танцев.	12		Изучение и отработка композиций танцев.
84-87	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных композиций.	12		Изучение и отработка композиций танцев.

88-91	Репетиционная работа. Выступление на празднике, посвященному 23 февраля.	12		Отработка композиции танцев. Исполнение танцев на празднике.
92-96	Репетиционная работа. Выступление на празднике, посвященному8 марта.	15		Отработка композиции танцев. Исполнение танцев на празднике.
97-100	Репетиционная работа. Выступление на мероприятии празднования Масленицы.	12		Отработка композиции танца. Исполнение танца на празднике.
101-105	Изучение основных элементов танца. Изучение танца «Закаты алые». Изучение первой части танца.	15		Исполнение движений, беседа.
106-109	Изучение основных элементов танца. Изучение танца «Закаты алые». Изучение второй и третьей части танца.	12		Изучение и отработка композиции танца.
110-113	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных композиций.	12		Изучение и отработка композиции танца.
114-117	Изучение основных элементов эстрадного танца. Изучение танцев	12		Исполнение движений, беседа.

	«Зажигай», «Веснушки». Изучение первой части танца.			
118-121	Изучение основных элементов эстрадного танца. Изучение танцев «Зажигай», «Веснушки». Изучение второй и третьей части танца.	12		Изучение и отработка композиций танцев.
122-125	Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных композиций.	12		Изучение и отработка композиций танцев.
126-129	Репетиционная работа. Выступление на празднике, посвященному9 мая.	12		Отработка композиции танцев. Исполнение танцев на празднике.
130-133	Изучение основных движений вальса. Танец «Попури». Постановочно-репетиционная работа. Изучение танцевальных композиций.	12		Изучение и отработка композиций танцев.
134-138	Репетиционная работа. Выступление на празднике, Последнему звонку.	15		Отработка композиции танцев. Исполнение танцев на празднике.

IIполугодие:			219 часов