

Областное государственное казённое образовательное  
Учреждение «Школа- интернат для обучающихся  
с ограниченными возможностями здоровья №18»

Согласовано:  
Зам. Директора по ВР  
\_\_\_\_\_ Т.И. Сысовская

Утверждаю:  
Директор ОГКОУ  
школы-интерната №18  
\_\_\_\_\_ Н.В. Трофимова

**Рабочая программа по хореографии  
для детей с ограниченными возможностями здоровья  
2 – 9 классов.**

*Срок реализации: 2023 – 2024 учебный год*

*Объём учебной программы:*

36 часов

I год обучения (10-12 лет)

36 часов

II год обучения (11 – 13 лет)

36 часов

III год обучения (12 – 14 лет)

*Разработчик программы: Харченко К.К., педагог дополнительного  
образования; I квалификационная категория; образование высшее.*

**Дополнительная образовательная программа внеурочной деятельности для начальной основной школы.**

Рабочая программа по курсу

**«Хореография»**

(коррекционный курс)

Для детей 2 – 9 классов

Срок реализации: 3 года.

*Составитель: Харченко К.К.*

**Пояснительная записка.**

Танец – самое любимое массовое искусство. Трудно представить семейное торжество, народное празднество без танцев.

Особенно любят танцевать дети. Но любить танцевать, еще не значит уметь исполнять танец. Научиться танцевать очень трудно. Путь к познанию танца очень длинный и сложный. Умение приходит, но не сразу. Помочь ребёнку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность признан хореограф.

Умственное и физическое развитие тесно связаны между собой. Без активных движений. Без физических упражнений не возможен нормальный рост развития растущего организма, а в первую очередь мозга.

Полноценное умственное и физическое развитие. Моральная чистота и активное отношение к жизни и искусству характеризуют целостную гармонически развитую личность. Нравственное совершенствование которой во многом зависит от эстетического воспитания.

Задачи эстетического воспитания непосредственно связаны с формированием морального облика ребёнка. Особая роль эстетического воспитания отводится танцу. Танец – это искусство. Его специфика состоит в том, что мысли, чувства, переживания человека он передаёт без помощи речи, средствами движений и мимики.

Данная образовательная программа направлена на всестороннее гармоничное развитие детей с ограниченными возможностями здоровья. Научить ребёнка воспринимать красоту форм, линий, звуков. Движений, красок – это значит сделать лучше, чище. Содержательнее. Творческая деятельность детей в структуре танца

позволяет формировать качества личности. Которые оптимально развиваются в танце. Это эмоциональное, интеллектуальное. Физическое. Эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Данная программа направлена на личностно ориентированное обучение детей с ограниченными возможностями здоровья, а именно, детей с умственной отсталостью. Под понятием «умственная отсталость» объединены многочисленные и разнообразные формы патологии, различающиеся по патогенезу. Клиническим проявлениям. Этиологии. Времени возникновения и протекания. Общий объединяющий их признак состоит в недоразвитии познавательной сферы. Абстрактного мышления, процессов обобщения в сочетании с инертностью психических процессов.

Поэтому **актуальностью программы** является приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями хореографии, историей и географией искусства танца, что развивает и внутренне обогащает учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Прививает умение выразить и передавать с помощью движений характер. Образ хореографической миниатюры. Формирует способность творчески воплощать музыкально – двигательный образ. Высказывать своё видение характера танца, выразить свои чувства, эмоции и понимание музыки.

**Новизна программы** заключается в коррекции и компенсации недостатков развития у детей с ограниченными особенностями здоровья и осуществляется с помощью танцевальных упражнений и движений с применением различных атрибутов, среди которых: флажки, платки, бубен и др.

**Особенностями программы** являются принципы «от простого к сложному», «посмотрим вместе», «осмысли и выполни», «от логики к ощущениям». Знакомство с танцем начинается с музыки. С её ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно, поэтому иногда можно идти по пути параллельного освоения фигур (движений, танцев). В результате такой работы у обучающихся расширяется кругозор и освоение танцев происходит быстрее.

**Работу по данной программе можно считать педагогически целесообразной**, поскольку программа рассчитана по годам обучения, в течении которых обучающимся следует освоить

определённый минимум знаний, умений, навыков по искусству танца. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляют упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера.

Занятия хореографией не только физически полезны для детей с ограниченными возможностями здоровья. Но и психологически важны. Ребёнок раскрепощается эмоционально. Со временем вырабатывает походку. Осанку, приобретает уверенность в себе.

*Задача педагога дополнительного образования* состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей детей, не в формировании сроков и темпов. А прежде всего в том, чтобы создать каждому ребёнку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации его способностей.

### **Цель программы:**

Развитие духовных и физических особенностей личности ребёнка с ограниченными возможностями здоровья посредством танцевального искусства. То есть приобщить к искусству танца. Развить танцевальные и музыкальные способности. Воспитать эстетическую культуру и этику на основе индивидуальных способностей и возможностей каждого ребёнка.

### **Обучающие задачи:**

Формирование у детей с ограниченными возможностями здоровья таких специфических знаний. Умений и навыков. Как:

- выработка правильной осанки;
- развитие мышечного чувства;
- умение красиво двигаться под музыку;
- совершенствование координации движений

### **Воспитательные задачи:**

- формировать у детей с ограниченными возможностями здоровья культуру поведения и общения;
- прививать навыки вежливости, умения вести себя в обществе;
- формировать эстетический вкус;
- воспитывать трудолюбие и дисциплину.

### **Развивающие задачи:**

- активация и развитие творческих и созидательных способностей детей с особенностями здоровья;
- развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем;
- совершенствование психомоторных способностей.

Исходя из данных задач, в программу включены следующие разделы:

1. Разминка
2. Классический танец
3. Народный танец
4. Постановка детского танца

В программный материал по ритмической разминке введены упражнения для рук, ног, шеи, корпуса, упражнения для развития координации и ритмичности. Сюда же добавлены элементы разминки джазового, Бального и современного танцев.

Классический танец предусматривает обучение и закрепление вытягивания стопы. Умение правильно держать корпус, руки, вырабатывать выворотность.

Постановка детского танца предполагает постановку танцевального номера с учётом возрастных и индивидуальных способностей детей с ограниченными возможностями здоровья, с которым впоследствии они будут выступать на сцене.

Народный танец приобщает детей к историко-мировой культуре. Расширяет и обогащает исполнительские особенности.

### ***Методика проведения занятий включает в себя 3 части:***

*Организационная часть* – это «поклон». Поклон – это форма вежливости. Что следует объяснить детям на первом занятии. Он исполняется в начале и в конце занятия.

*Теоретическая часть* должна занимать минимум времени. В ней даются общие понятия и краткое их содержание о теме.

*Практическая часть* является основной. Только практическими действиями. Тренировками репетициями. Отработкой танцевальных движений возможно достижение результата. При изучении любых движений танца следует осуществлять показ и словесно объяснять последовательность действий. Необходимо так же тренировать речь

и слуховое восприятие детей с ограниченными возможностями здоровья.

### **Учебно – воспитательная работа:**

Хореографическую работу в коллективе должны отличать организованность и дисциплина. Культура поведения и воспитанность в общении между участниками группы и их педагогами. Самостоятельная работа детей в целях оказания помощи друг другу воспитывает в детях чувство коллективизма и трудолюбия.

Программа дополнительного образования по хореографии для детей с ограниченными возможностями здоровья рассчитана на три возрастных группы. В первой группе (10 – 12 лет) дети занимаются 1 раз в неделю по 1 часу. Во второй группе (11 – 13 лет) занимаются 1 раз в неделю по 1 часу. В третьей группе (12 – 14 лет) занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

<i>Возраст</i>	<i>Кол-во занятий в неделю</i>	<i>Продолжительн. занятий</i>	<i>Кол-во часов в году</i>
10 – 12 лет	1	1	36
11 – 13 лет	1	1	36
12 – 14 лет	1	1	36

**Результатами** деятельности данной образовательной программы являются показательные выступления на школьных и внешкольных мероприятиях, концертах, участие в районных, областных фестивалях и праздниках.

Беседа с детьми о выступлениях. Видно, что у них вырабатывается способность улавливать красоту, чувство коллективизма. Полученные впечатления учат их сравнивать. Сопоставлять. Вызывает желание поделиться своими соображениями с взрослыми и друзьями.

## Содержание программы.

### I год обучения (10 – 12 лет)

#### *Музыкально – ритмические навыки:*

- умение ритмично двигаться в соответствии с характером музыки;
- начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- передавать хлопками простой ритмический рисунок.

#### *Ритмическая разминка:*

- упражнения для шеи (повороты, наклоны,);
- упражнения для плеч (подъёмы, круговые вращения);
- упражнения для рук («веер» кистями, всей рукой, вращение руками);
- упражнения для корпуса (наклоны в стороны, вперёд, вниз);
- упражнения для ног («пружинка», подъёмы на полупальцы, на пятки)
- прыжки на двух ногах на месте, в стороны.

#### *Построения и перестроения:*

- круг;
- перестроение из одного круга в два;
- линия;
- колонна;
- две колонны;

#### *Упражнения;*

- шаг с носка;
- шаг на полупальцах;
- шаг на пятках;
- маршевый шаг;
- бег на полупальцах;
- приставные шаги;
- подскоки вперёд;
- простые притопы;
- боковой галоп.

*Классический танец:*

Разучивание позиций ног в танце.

*Народный танец:*

- выставление ноги на ребро каблука;
- «ковырялочка»;
- «полуприсядка».

*Детский танец:*

- полька «Хлопочки»;
- танец «Зарядка для зайчат».

## **II год обучения (11 – 13 лет)**

*Музыкально – ритмические навыки:*

- умение ритмично двигаться в соответствии с характером музыки;
- начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- передавать хлопками ритмический рисунок.

*Ритмическая разминка:*

- упражнения для шеи (повороты, наклоны,);
- упражнения для плеч (подъёмы, круговые вращения);
- упражнения для рук («веер» кистями, всей рукой, вращение руками);
- упражнения для корпуса (наклоны в стороны, вперёд, вниз);
- упражнения для ног («пружинка», подъёмы на полупальцы, на пятки)
- прыжки на двух ногах на месте, в продвижении, вокруг себя.

*Построения и перестроения:*

- две колонны;
- диагональ;
- сужение и расширение круга;
- «воротики».

### *Упражнения:*

- шаг с носка;
- шаг на полупальцах;
- шаг на пятках;
- маршевый шаг;
- бег на полупальцах;
- приставные шаги;
- подскоки вперёд;
- простые притопы;
- тройные притопы;
- боковой галоп.

### *Классический танец:*

- позиции ног и рук в танце;
- demiplié по I позиции;
- demiplié по II позиции.

### *Народный танец:*

- «ковырялочка» с притопами;
- «полуприсядка»;
- «косыночка»;
- «мячик»;
- «ёлочка»;
- «моталочка».

### *Детский танец:*

- танец «Большая стирка»;
- танец «Яблочко».

## **III год обучения (12 – 14 лет)**

### *Музыкально – ритмические навыки:*

- умение ритмично двигаться в соответствии с характером музыки<sup>4</sup>
- начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- передавать хлопками простой и сложный ритмический рисунок.

### *Ритмическая разминка:*

- упражнения для шеи (повороты, наклоны,);
- упражнения для плеч (подъёмы, круговые вращения);
- упражнения для рук («веер» кистями, всей рукой, вращение руками);
- упражнения для корпуса (наклоны в стороны, вперёд. Вниз);
- упражнения для ног («пружинка», подъёмы на полупальцы, на пятки, выставление ног поочередно вперед – в сторону – назад.)
- прыжки на двух ногах на месте, на одной ноге, в продвижении, вокруг себя.

### *Построения и перестроения:*

- «звёздочка»;
- «змейка»,
- «воротики»;
- «цепочка»;
- сужение и расширение нескольких кругов одновременно.

### *Упражнения:*

- упражнения для шеи (повороты, наклоны,);
- упражнения для плеч (подъёмы. Круговые вращения);
- упражнения для рук («веер» кистями, всей рукой, вращение руками);
- упражнения для корпуса (наклоны в стороны, вперёд, вниз);
- упражнения для ног («пружинка», подъёмы на полупальцы, на пятки)
- прыжки на двух ногах на месте, в продвижении, вокруг себя;
- подскоки вперёд – назад – вокруг себя;
- топающий шаг в быстром темпе.
- простые и тройные притопы в быстром темпе;
- легкий танцевальный бег

### *Классический танец:*

- позиции ног и рук в танце;
- demiplie по I позиции;
- demiplie по II позиции.
- grandplie;
- battmentendu.

*Народный танец:*

- «ковырялочка» с притопаем, с подниманием ноги;
- «присядка»;
- «косыночка»;
- «верёвочка»;
- «блинчик»;
- «моталочка» руками и ногами.

*Детский танец:*

- Вальс;
- Хоровод.

**Учебно – тематический план занятий  
по хореографии I год обучения (10 – 12 лет)**

<b>№п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>
1	Введение: правила безопасности на занятиях	1	
2	Разучивание разминочного комплекса упражнений	1	
3	Знакомство с танцем полька «Хлопочки»	1	
4	Шаг с носка по залу	1	
5	Отработка движений танца «Хлопочки»	1	
6	Шаги на полупальцах	1	
7	Шаги на пятках	1	
8	Постановка танца «Хлопочки»	1	
9	Маршевый шаг с высоким подниманием колена	1	
10	Бег на полупальцах	1	
11	Работа над элементами танца «Хлопочки»	1	
12	Повороты вправо и влево на ориентир	1	
13	Построение в линию	1	
14	Полька «Хлопочки». Отработка движений	1	
15	Приставные боковые шаги по кругу	1	
16	Подскоки по залу	1	
17	Самостоятельное исполнение танца «Хлопочки»	1	
18	Прыжки на месте и в продвижении вперёд	1	
19	Выставление ноги на ребро каблука	1	
20	Знакомство с народным танцем. Разучивание движений танца «Калинка»	1	
21	Построение в колонну	1	
22	Простые притопы на месте	1	
23	Отработка движений народного танца	1	
24	Притопы в продвижении вперёд	1	
25	Разучивание позиций ног в танце	1	
26	Работа над танцем «Калинка»	1	
27	Перестроение из 1 колонны в 2	1	
28	«Ковырялочка»	1	
29	Отработка движений танца «Калинка»	1	
30	Перестроение из 1 круга в 2	1	

31	Боковой галоп	1	
32	Самостоятельное исполнение народного танца	1	
33	«полуприсядка»	1	
34	Прыжки на двух ногах на месте и в стороны	1	
35	Повторение и исполнение танца «Хлопочки»	1	
36	Повторение и исполнение танца «Калинка»	1	
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	

**Учебно – тематический план занятий  
по хореографии II год обучения (11 – 13 лет)**

№п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Введение: правила безопасности на занятиях	1	
2	Шаг с носка. Шаг на полупальцах.	1	
3	Знакомство с танцем «Яблочко», разучивание основных движений.	1	
4	Положение рук и ног в народном танце.	1	
5	Выполнение движения «Ёлочка».	1	
6	Боковой галоп со сменой направления движения.	1	
7	Отработка движений танца «Яблочко»	1	
8	Построения в «Звёздочку».	1	
9	Перестроение в «Воротики».	1	
10	Постановка танца «Яблочко».	1	
11	Подскоки на месте и в продвижении вперёд.	1	
12	Построение в линию, колонну, круг.	1	
13	Отработка движений танца «Яблочко».	1	
14	Построение в диагональ.	1	
15	Работа над танцем «Яблочко»	1	
16	Demi Plie по I позиции	1	
17	Demi Plie по II позиции	1	
18	Перестроение в «Звёздочку»	1	
19	Знакомство с танцем «Большая стирка»	1	

20	Танец «Большая стирка», разучивание движений	1	
21	Тройные притопы в продвижении вперед	1	
22	«Косыночка»	1	
23	Отработка основных движений танца «Яблочко»	1	
24	«Мячик»	1	
25	«Ёлочка»	1	
26	Работа над элементами танца «Яблочко»	1	
27	«Моталочка»	1	
28	Одновременное сужение и расширение круга	1	
29	Постановка танца «Яблочко»	1	
30	«Воротики»	1	
31	Топающий шаг в продвижении вперед. назад	1	
32	Работа над танцем «Яблочко»	1	
33	Бег с захлестом ног назад	1	
34	Самостоятельное исполнение танца «Яблочко»	1	
35	Повторение танца «Большая стирка»	1	
36	Повторение танца «Яблочко»	1	
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	

**Учебно - тематический план занятий  
по хореографии III год обучения (12 - 14 лет)**

№п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Введение: правила безопасности на занятиях	1	
2	Положение корпуса, ног, рук в классическом танце.	1	
3	Знакомство с танцем «Вальс». Разучивание основных движений	1	
4	Хороводный и топающий шаг.	1	
5	Лёгкий танцевальный бег	1	
6	Шаг с носка и на полупальцах.	1	

7	Усложнение разминочного комплекса упражнений.	1	
8	Отработка основных движений Вальса.	1	
9	Подскоки на месте, вокруг себя.	1	
10	Движение «Окошечко», танец Вальс	1	
11	Отработка движений в парах.	1	
12	Работа над Вальсом.	1	
13	«Обводка». «Квадрат».	1	
14	Движение «Балансе»	1	
15	demiplié по I позиции	1	
16	demiplié по II позиции	1	
17	Отработка танца Вальс	1	
18	Battmentendu	1	
19	Знакомство с танцем «Хоровод». Разучивание основного шага	1	
20	Позиции рук и ног в народном танце	1	
21	Хороводный шаг	1	
22	Отработка движений хоровода	1	
23	Тройные притопы в быстром темпе	1	
24	Топающий шаг в быстром темпе	1	
25	Постановка танца «Хоровод»	1	
26	Приставные притопы по кругу	1	
27	1Полуприсядка», «присядка»	1	
28	Отработка перестроений в хороводе	1	
29	Построения в диагональ, «звездочка», «цепочка», «змейка»	1	
30	«Верёвочка»	1	
31	Работа над танцем «Хоровод»	1	
32	«Моталочка» руками и ногами	1	
33	«Разножка»	1	
34	Самостоятельное исполнение хоровода	1	
35	Повторение танца «Вальс»	1	
36	Повторение танца «Хоровод»	1	
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	

### Список литературы:

1. Адаптивная физическая культура: психолого – педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии. Н.Л. Литош – Москва2002г.;

2. Коррекционная педагогика: учебное пособие. Б.П. Пузанов, В.И. Селивёрстов С.Н. Шаховская Ю.А. Костенкова – Москва1999г.;
3. Програмно – методический материал «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией профессора И.М. Бгажноковой – Москва2012г.;
4. Народные танцы. О.В. Иванникова – М.;Аст,НЗО Донецк, Сталкер. 2007г.;
5. Раздрокина Л.Л.: «Танцуйте на здоровье!» - Ростова на/Д: Феникс, 2003г.;
6. Звездочкин В.А.6 «Классический танец» - Ростов на/Д: Феникс, 2003г.;
7. Коренева Т.Ф.: «Музыкально – ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста2 – М.: Владос, 2001г.;
8. Климов А.А.6 «Основы русского народного танца» - М.: МГУКИ, 2004г.;
9. Вашкевич Н.Н.: «История хореографии всех веков и народов» - СПб: Лань: Планета музыки, 2009г.;
- 10.Дубровский В.И., «Лечебная физкультура», М.: Владос, 2004г.