

Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Краснодарского края
специальная (коррекционная) школа - интернат № 3
г. Армавира



УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ школы-интерната
№3 г. Армавира
О.В. Мельникова О.В. Мельникова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по хореографии и ритмике

Уровень образования (класс) 5-18 лет

Количество часов 102

Учитель **Воронина Анастасия Сергеевна**

Программа разработана на основе программы по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста — Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика». — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.,

Пояснительная записка.

Программа дополнительного образования танцевального кружка «ВИКТОРИЯ» - 2 вида, разработана на основе Программы по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста — Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика». — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с., рекомендованной Министерством образования РФ скорректирована в соответствии с требованиями Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для слабовидящих детей) (ясли-сад,- начальная школа) под редакцией Л.И. Плаксиной; рекомендованной управлением реабилитационной работы с специального образования Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации, институт коррекционной педагогики РАО, Москва «Город», 1999г в соответствии с особенностями её функционирования на базе ГБС (К) ОУ школы-интерната 3-4 вида г. Армавира, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

- Федерального Закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14

- «Гигиенические требования к микроклимату производственных помещений»

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.2.4.548-96

- «Гигиенические требования к естественному, искусственному и совмещенному освещению жилых и общественных зданий» Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.2.1/2.1.1.1278-03

Общая характеристика учебного предмета.

Цели и задачи курса.

Цель программы:

Развить творческие способности подростков с нарушениями зрения через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.
3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
4. Привить любовь к танцевальному искусству.
5. Развивать воображение и фантазию в танце
6. Познакомить подростков с различными музыкально- ритмическими движениями, в соответствии с характером музыки.
7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.
8. Способствовать повышению самооценки, у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).

9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы-интерната. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

Основные формы проведения занятий:

танцевальные репетиции, игра, беседа, праздник.

Основные виды занятий – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

Методы: игровой; демонстрационный (метод показа); метод творческого взаимодействия; метод наблюдения и подражания; метод упражнений; метод внутреннего слушания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями (показ певческих приемом, движений, картинок, игрушек и др.).

Игровой метод. У детей, с нарушением зрения, игровой рефлекс доминирует, они лучше все воспринимают через игру. На музыкально-ритмических занятиях у них формируются знания, умения и навыки в различных видах деятельности, связанных с музыкой: восприятие музыки, музыкально-ритмические движения (танцевальные и гимнастические движения, несложные их композиции под музыку). Коррекционная работа базируется на целенаправленном развитии у детей **восприятия музыки**. Обучение восприятию музыки направлено на развитие у них эмоциональной отзывчивости на музыку и формирование восприятия основных ее элементов.

Место курса.

Обучение рассчитано в основном на учащихся 5 – 18 лет.

Содержание курса разделено по ступеням сложности:

1 курс – (1-2 год обучения в секции) 3 часа в неделю, общее количество 102 часов;

2 курс – (3-4 год обучения в секции) 3 часа в неделю, общее количество 102 часов;

3 курс – (5-6 год обучения в секции) 3 часа в неделю, общее количество 102 часов.

4 курс – (7-8 год обучения в секции) 3 часа в неделю, общее количество 102 часов.

5 курс – (9-10 год обучения в секции) 3 часа в неделю, общее количество 102 часов

Таблица тематического распределения количества часов

№ п/п	Разделы, темы	Кол-во часов
1.	Общеразвивающие упражнения.	20 часов
2.	Ритмические упражнения, связь движений и музыки.	20 часа
3.	Классический тренаж.	34 часа
4.	Упражнения на растяжку мышц, стрейчинг, раллакс.	12 часа
5.	Изучение народной музыки, национального костюма, история танца.	8 часа
6.	Изучение народной хореографии: Русская народная, кубанская, украинская.	22 часа
7.	Народы Кавказа: Армянская, черкесская, цыганская,	22 часа
8.	Народы ближнего зарубежья: Еврейская, греческая, испанская, румынская.	22 часа

9.	Народы востока: Китайская, японская, турецкая, индийская.	22часа
10	Латиноамериканские, бальные: Вальс, ча-ча-ча, самбо, танго, румба.	22часа

Содержание программы

Блок №1

Общеразвивающие упражнения упражнения, направленные на развитие мышечного корсета: разнообразные наклоны, повороты, вращения телом и отдельными его частями (голова руки ноги)...

Ритмические упражнения, связь движений с музыкой: изучение простых элементов ритмической гимнастики на 8, 16, 32 счета и выполнение их под музыку (простые шаги-галоп, шаг польки, шаг с притопом, подскоки...совместно с работой рук, головы, меняя темп и направление)

Упражнения на растяжку мышц, стрейчинг, раллакс: упражнения на расслабления мышц после интенсивной тренировки, дыхательные упражнения, комплексы коррекционной направленности на осанку, плоскостопие...гимнастика для глаз.

Блок№2

Классический тренаж: изучение элементов классического станка.

- плие (де-ми, гранд), - батман (гранд, по 4 на крест), - релеве, - позиции рук, ног с 1 по 6, - ронд де жан портер.

Танцевальные прыжки и вращения: арабеск, подебас, шине, кудепье, вертушки...

Растяжка мышц ног на шпагат у станка, растяжка мышц спины.

Блок№3

Изучение народной музыки, история создания танца, народный костюм.

Прослушивание музыкального фольклора разных народностей, смотр фотографий с изображением одежды , атрибутов быта, просмотр видео с народными танцами других коллективов.

Блок№4

Изучение народной хореографии.

Начиная с азов хореографии изучаем простые элементы: постановка корпуса, рук, головы, изучение шагов, переходов.

Более сложная работа- в парах, перестроения, создание общего рисунка.

Соединение всех изученных элементов воедино, соединяем с музыкой и отработываем готовый номер.

Блок №5

Разучивание современных танцев: изучение простых аэробных шагов :(бейсик, ви - степ, а - степ, степ-тач, дабл степ, шоссе, грейпвайн...) с добавлением работы руками, головой, меняя направление и ритм, составляем простые связки на 8, 16, 32 счета, собираем во единый рисунок. Усложненный вариант – добавляем работу с предметами : мяч, обруч, ленты, флажки...

Навыки и умения:

Обучающийся должен знать:

- правила требования предмета
- основные термины, используемые в хореографии
- различать основные направления в танцевальном искусстве

Обучающийся должен уметь: (1-курс)

- ориентироваться в пространстве («точки зала», рисунок в танце)
- слушать музыку, начинать и заканчивать движение вместе с музыкой
- синхронно двигаться под музыку (разогрев-разминка, танцевальная разминка)
- держать правильную осанку, знать позиции ног, положения рук, корпуса;
- стоять и работать в паре
- запоминать простые комбинации танцевальных элементов
- танцевать этюды или маленькие вариации.

(2 курс)

- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.
- Овладение техникой, стилем, манерами исполнения народных танцев разной национальности.
- точно и технично выполнять упражнения по классическому, народному и современному танцу;
- синхронно двигаться под музыку, выполняя усложненные элементы.

(3курс)

В результате изучения курса ученик должен:

- иметь общее представление о современных бальных танцах;
- владеть теоретическими понятиями, заложенными в программе;
- знать и уметь выполнять основные фигуры пройденных танцев.

По окончании обучения 3го курса учащиеся должны также владеть следующими теоретическими понятиями и практическими навыками. **Общие теоретические понятия:**

- общая характеристика изучаемого танца (музыкальный размер, темп, характерные особенности танца, происхождение);
- позиции ног в латиноамериканской и европейской программах;
- положения рук;
- позиции в паре в европейских танцах;
- позиции в паре в латиноамериканских танцах;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов.

Практические навыки:

- правильной постановки корпуса;
 - правильного и полного переноса веса тела;
 - точной работы стопы;
- позиции в паре.

(4 и 5 курс)

- Должны знать и уметь выполнять классический и народный экзерсис (по программе)
- Знать и различать танцы народов мира, уметь выполнять основы народной хореографии (по программе).
- Знать и различать особенности народного костюма (по программе)

Список рекомендуемой учебно-методической литературы

- 1 В.Е. Турин, Е.А. Дегтерев, А.А. Дубровский. Педагогика здоровья учащихся. Учебно-методическое пособие. Краснодарское краевое отделение Педагогического общества России, 1993г.
- 2 Калимуллина Л.Р. Гимнастика. Учебное пособие для студентов физкультурных учебных заведений. Уфа 2004 год.
- 3 Нормативные и руководящие документы по реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта (Текст)/ авт.-сост. Л.П. Абрамова. -2-е изд., и доп. М.: Советский спорт, 2005. - 376с.: ил.
- 4 психология физической культуры и спорта: курс лекций по дисциплине «Психология физической культуры и спорта» для студентов III курса БашИФК, 2007. - 152с.
- 5 Сборник правил соревнований. Спорт слепых. - ГУКК «Кубанский физкультурно-спортивный клуб инвалидов». Краснодар: Департамент по физической культуре и спорту Краснодарского края, 2008. - 176 с. программы общеобразовательных учреждений. Основы жизнедеятельности 1-11 классы. Под общей редакцией А.Т. Смирнова. 2 - е издание.



Пролитото и пронумеровано на
шесть листах.

Директор школы-интерната
Мельникова О.В. Мельникова

