



государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Саратовской области  
«Школа для обучающихся по адаптированным образовательным программам  
№ 14 г. Вольска»

412906, г. Вольск Саратовской области, ул. Чернышевского, д.№72, телефон(845 93) 7-41-91,  
Email: gskou14@yandex.ru,

«Утверждаю»

Директор ГБОУ-СО «Школа АОП №14 г. Вольска»

Пр № 14/01 от 30.08.2024 г.

/Кудишина Н.Л./



**Дополнительная общеобразовательная программа  
художественно-эстетической направленности  
Хореографический кружок  
«Элегия»**

Возраст обучающихся 12-18 лет

Срок реализации программы 1 года

г. Вольск

## Паспорт программы

Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная программа художественно-эстетической направленности Хореографический кружок «Элегия»
Руководитель	Нифонтова Марина Венидиктовна
Рецензент	Хакимова Валентина Николаевна
Организация-исполнитель	ГБОУ СО «Школа АОП №14 г. Вольска»
Адрес организации исполнителя	г. Вольск, ул. Чернышевского, 72
Телефон	(8 845 93) 7 41 91
e-mail	gskou14@yandex.ru
География программы	г. Вольск
Целевая группа	Обучающиеся ГБОУ СО «Школа АОП №14 г. Вольска» 14-18 лет
Цель программы:	Приобщение детей к творчеству и развитие художественно творческих способностей средствами театрального искусства.
Срок реализации программы	1 года
Направленность	художественно-эстетическая
Вид	Модифицированная
Уровень реализации	начальное, основное общее образование
Уровень освоения	Общекультурный
Способ освоения	Репродуктивный
Краткое содержание программы	Пояснительная записка Объем и содержание рабочей программы Ожидаемые результаты Система оценки результатов Методические материалы Календарно-тематический план Условия реализации программы Список литературы

## Пояснительная записка

### 1.1 Сведения о программе.

Настоящая программа является адаптированной и составлена для учащихся хореографического кружка, с учетом возрастных и психофизических особенностей развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

Данная программа разработана на основании закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» (ФЗ № 273 от 29.12.2012 г.), порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008), СанПиН 2.4.2.3286-15 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 года N 26), методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09 3242). Адаптированная программа создана на основе дополнительной образовательной программы для детей «Веселая ритмика» ГОУ Центр психолого-медико-социального сопровождения «Зеленая ветка», г.Москва, 2015г.(Разработчик Абрамова Т.В.)

### 1.2 Общая характеристика учебного предмета.

Среди множества форм художественного воспитания в школе – интернате для детей с отклонением в развитии является кружок «Ритмика и основы хореографии». Двигаясь под музыку, разучивая различные движения и танцы, дети учатся не только понимать и создавать прекрасное. Но и развивать образное мышление и фантазию. Хореография обладает огромным воздействием для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Во время танца развивается чувство ритма, умения слушать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность.

Используемые в хореографии движения, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

## **Цель программы**

- коррекция и развитие психомоторных способностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, раскрытие их творческого потенциала средствами танцевального искусства.
- коррекция недостатков психического и физического развития детей с отклонением в развитии средствами музыкально-ритмической деятельности.

### **Задачи:**

#### **1.Образовательные:**

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку. Выявить их склонности и способности;
- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве.
- научить работать в группе и индивидуально;
- научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

#### **2. Воспитательные:**

- воспитать умение творчески подходить к решению любых жизненных задач; формировать нравственную культуру и стремление к здоровому образу жизни;
- воспитать чувство ответственности и дисциплину; формировать ведущие положительные качества личности, конструктивного взаимодействия в обществе.
- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной жизни школы.

#### **3.Коррекционно-развивающие:**

- укрепить здоровье и развивать накопленные двигательные навыки;
- развивать память, мышление, воображение, слух, чувство ритма;
- формировать правильную осанку;
- повышать работоспособность и двигательную активность;

Актуальность программы и педагогическая целесообразность продиктованы потребностью детей с ОВЗ и их родителями. В условиях ФГОС, дающих право на дополнительное образование граждан без ограничений, курс хореографии в школе позволяет этой категории детей заниматься творчеством, и, тем самым, формировать активную деятельную личность.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане, общее число учебных часов за весь срок обучения, количество часов по программе в соответствии с учебным планом.

### **Срок реализации программы 3 года.**

Количество обучающихся в одной группе: не более 9 человек.  
Занятия проходят 2 раз в неделю, по 30 мин. Всего 64 ч. в год.

#### **Ожидаемый результат:**

1. Уметь различать различные жанры музыкальных произведений (пляска, вальс, полька, марш).
2. Знание классической базы (позиции ног, рук).
3. Освоить гимнастическую подготовку.
4. Различать сильные и слабые доли в музыке.
5. Различать размеры  $2/4$ ,  $3/4$ .
6. Добиться полной связи движений с музыкой.
7. Уметь легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения.
8. Уметь в движениях передать характер музыки.
9. Освоить различные танцевальные движения.
10. Уметь танцевать 2-3 танца.
11. освоить элементы народного танца.

### **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

Программа состоит из четырех разделов, соответствующих возрастным особенностям детей и уровню сложности танцевальных композиций.

На первом вводном занятии руководитель кружка знакомит ребят с программой кружка, правилами поведения на кружке, противопожарный инструктаж учащихся.

#### **1 раздел. «Ритмические танцы»**

Основная задача состоит в том, чтобы совершенствовать процесс восприятия музыки через обучение основным движениям и танцевальным элементам.

#### **2 раздел. «Танцевальная мозаика»**

Дети знакомятся с основными движениями: шаги, шаг с подскоками, переходы, повороты. Разнообразие танцевальных комбинаций позволят проявить детям творчество, фантазию.

#### **3 раздел. «Русские танцы»**

Задача этого раздела: познакомить учащихся с довольно большим объемом движений, с различными положениями в паре, с разными манерами исполнения. Дети знакомятся с танцевальными движениями хороводного плана, подвижного плясового характера.

#### **4 раздел. «Вальс король танцев»**

Приоритетная задача – это изучение азбуки большой хореографии, обучение основных движений вальса: вальсовые дорожки, повороты, балансе, вальсовые дорожки в паре.

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол Час.	Дата	
			По плану	По факту
<b>1 раздел «Ритмические танцы»</b>				
1-2	Инструктаж по технике безопасности во время занятий. Просмотр видео с разными эстрадными танцами. Слушание ритмичной музыки.	2	2.09 4.09	
3-4	Разучивание основных и подготовительных движений эстрадных танцев.	2	9.09 11.09	
5-6	Движения плечами, движения головой: повороты, поднятие и опускание, круговые движения. Движения корпусом: наклоны, повороты, смещение вправо и влево.	2	16.09 18.09	
7-8	Соединение движений в поворотах, прогибании, наклонах.	2	23.09 25.09	
9-10	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны.	2	2.10 7.10	
11-12	Разучивание движение ногами: выпады с выставлением ноги на пятку, махи, поднятие ног.	2	9.10 14.10	
13-14	«Танцы» - простых танцевальных комбинаций.	2	16.10 19.10	
15-16	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.	2	21.10 23.10	
<b>2 раздел «Танцевальная мозаика» (практическая часть)</b>				
17-18	История возникновения различных народных танцев.	2	4.11 6.11	
19-20	Знакомство с основными движениями. Слушание музыки. Просмотр видеозаписей ансамбля «Березка».	2	11.11 13.11	
21-22	Знакомство с основными движениями: сгибание ног, переступание.	2	18.11 20.11	
23-24	Отработка разученных движений. Обучение новым движениям.	2	26.11 28.11	
25-26	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений.	2	2.12 4.12	

27-30	Соединение движений в танцевальные комбинации танца .	4	9.12 11.12 16.12 18.12	
31	Выразительность движений, синхронность выполнения, общение в паре с помощью мимики жестов.	1	23.12	
32	Выступление, участие в праздничных концертах.	1	25.12	
<b>3 раздел «Русские танцы»</b>				
33	История возникновения русских народных танцев. Просмотр видеокассет с различными русскими народными танцами: хороводные, пляски.	1	6.01	
34-36	Разучивание: основные положения ног в русском танце.	3	8.01 13.01 15.01	
37-38	Разучивание: основные положения рук.	2	20.01 22.01	
39-40	Танцевальные шаги русского танца – простые шаги.	2	28.01 30.01	
41-42	Разучивание: русские переменные шаги: ровный, один длинный и два коротких, на ребро каблука с подбивкой.	2	3.02 5.02	
43-44	Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад.	2	10.02 12.02	
45-46	Дроби: притопы, притопы с полуприседанием, притопы с прискоком	2	17.02 19.02	
47-48	«Печатка» или одновременный притоп двумя ногами, «переборы», дробная дорожка дробь с подскоком.	2	24.02 26.02	
49-50	Хоровод. «Круг», «Два круга рядом».	2	3.03 5.03	
51-52	Соединение разученных движений в танец «Красно солнышко».	2	10.03 12.03	
<b>4 раздел «Вальс – король танцев»</b>				
53	История возникновения танца. Просмотр видеокассет с танцами, обучающих видеокассет, слушание музыки. Знакомство с подготовительными и основными движениями вальса.	1	18.03	

54-55	Разучивание вальсового поворота, правый поворот, левый поворот. Отработка разученных движений, исполнение в паре. Разучивание: дорожка, дорожка в перед, дорожка назад, в паре. Отработка разученных движений.	2	20.03 2.04	
56-57	Отработка движений в паре, разучивание связующего поворота, балансе вправо и влево. Отработка разученных движений в паре.	2	7.04 10.04	
58-60	Соединение вальсовых движений – вальсовые повороты и дорожка. Отработка разученных движений.	3	14.04 16.04 21.04	
61-62	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений.	2	23.04 29.04	
63-64	Соединение: балансе и связующий поворот, балансе и повороты вальса. Отработка разученных движений в паре.	2	5.05 7.05	
65-66	Соединений разученных движений в танцевальную композицию «Школьный вальс». Отработка линии и сюжета «Школьного вальса». Выступление на празднике.	2	12.05 14.05	
67-68	Отработка линии и сюжета «Школьного вальса». Выступление на празднике.	2	21.05 29.05	
	<b>Всего:</b>	<b>68</b>		