


Комитет по образованию города Барнаула
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №98»

Принято
Педагогическим советом
МБОУ «СОШ №98»
Протокол от 26.08.2019 № 4

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор
 / Ряполова
Т.Г.
Приказ № 253
от «30»
августа 2019



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности в начальных классах курса «Хореография» 1-4 класс
для обучающихся с ЗПР (вариант 7.1) инклюзивное обучение,
срок реализации данной программы 4 года
составлена на основе авторской программы Л.Н.Михеевой «Хореография»

Составитель: педагог дополнительного образования
Филатова Елена Юрьевна

Барнаул 2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа составлена на основе:

- Основной общеобразовательной программы начального общего образования ФГОС МБОУ «СОШ №98» г.Барнаула;
- Учебного плана внеурочной деятельности МБОУ «СОШ №98» г.Барнаула;
- Годового календарного графика МБОУ «СОШ №98» г.Барнаула;
- Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов МБОУ «СОШ №98» г.Барнаула;
- Авторской программы Л.Н.Михеевой «Хореография», М., Просвещение, 2014. («Примерные программы внеурочной деятельности» под редакцией В.А. Горского, Москва, «Просвещение», 2014 г.)

Используемый УМК

Авторская программа Л.Н.Михеевой «Хореография», М., Просвещение, 2014. («Примерные программы внеурочной деятельности» под редакцией В.А. Горского, Москва, «Просвещение», 2014 г.)

Целью данного учебного курса является развитие мотивации личности ребенка к творчеству, физическому и психологическому совершенствованию средствами хореографии.

Задача курса – развить коммуникативную культуру школьников, расширить и обогатить их жизненный опыт в новом контексте общения, сформировать интерес к русской культуре средствами хореографии.

Программа поможет решить различные **учебные задачи**: освоение детьми основных правил изображения; овладение материалами и инструментами изобразительной деятельности; развитие стремления к общению с искусством; **воспитательные задачи**: формирование эстетического отношения к красоте окружающего мира; развитие умения контактировать со сверстниками в творческой деятельности; формирование чувства радости от результатов индивидуальной и коллективной деятельности; **творческие задачи**: умение осознанно использовать образно-выразительные средства для решения творческой задачи; развитие стремления к творческой самореализации средствами художественной деятельности.

Программа «Хореография» предназначена для работы с детьми начальной школы.

Место в учебном плане

На изучение курса во 2 - 4 классах отводится 1 час в неделю. Программа курса рассчитана на 34 часа.

Информация о внесенных изменениях в авторскую программу:

На основании учебного плана МБОУ «СОШ № 98» обучение по курсу «Хореография» рассчитано на 35 учебных недель. Авторская программа Л.Н.Михеевой «Хореография» («Примерные программы внеурочной деятельности» под редакцией В.А. Горского, Москва, «Просвещение», 2014 г.) рассчитана на 34 учебные недели. Вследствие чего образовавшиеся часы целесообразно направить на повторение темы «Шахматный вернисаж (выставка картин школьников на шахматные темы)» или на корректировку уроков, выпадающих на выходные (либо праздничные) дни.

Планируемые результаты:

По ходу занятий обучающиеся посещают музеи, выставки, мастерские художников, концертные залы, театры, обсуждают особенности исполнительского мастерства профессионалов, знакомятся со специальной литературой, раскрывающей секреты творческой работы в области искусства выдающихся художников, композиторов, артистов.

Итог занятий будут подведен в форме отчетного концерта с приглашением родителей детей, друзей педагогов местных учебных заведений художественно-эстетического и театрального профиля.

Личностные универсальные учебные действия - сформировать единый, целостный образ

мира при разнообразии культур, уважение истории и культуры всех народов, развитие толерантности.

Познавательные универсальные учебные действия - дети учатся осознанно выполнять танцевальные движения, выделять акцентом сильную долю, делать несложный ритмический рисунок.

Регулятивные универсальные учебные действия – умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть свою ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

Коммуникативные универсальные учебные действия – умение задавать вопросы и отвечать на них, осуществлять взаимный контроль и взаимную помощь.

Система оценивания

Результатом обучения и развития детей по данной программе является выразительность и грамотность исполнения танцевальных композиций, умение контролировать и координировать свои движения, сопереживать и чувствовать музыку.

Итог занятий будут подведен в форме отчетного концерта с приглашением родителей детей, друзей педагогов местных учебных заведений художественно-эстетического и театрального профиля.

Принципы организации образовательного процесса:

- *Принцип доступности и индивидуальности.*

Этот принцип предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка, и в связи с этим – определение посильных для него занятий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка и степени трудности задания. Доступность не предполагает отсутствие трудностей, а наоборот, возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий ребенка.

Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий. Практически это достигается правильным распределением материала на занятиях. В связи с этим, следует отметить целесообразность использования подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков.

Индивидуализация представляет собой учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого ребенка имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача принципа индивидуализации состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки ребенка.

- *Принцип постепенного повышения требований.*

Основные условия этого принципа заключаются в постановке перед ребенком и выполнения им все более трудных новых заданий; в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок. Повышение требований приводит к положительным результатам, когда связанные с ними нагрузки посильны ребенку, не превышают функциональных возможностей организма (соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям).

Обязательным условием также являются последовательное регулярность, чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям, должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузке

- *Принцип систематичности:*

Этот принцип - один из ведущих. Систематичность заключается в непрерывности и регулярности. При прекращении систематических занятий, их перерыве, наблюдается снижение уже достигнутого уровня возможностей

Занятия хореографией дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

- *Принцип сознательности и активности:*

В процессе обучения чрезвычайно важно опираться на сознательное и активное отношение ребенка к своей деятельности. Самостоятельная активная деятельность ребенка находится в зависимости от возникающего интереса к предлагаемому заданию. Для успешного достижения цели ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить, и почему именно так, а не иначе.

- *Принцип повторности материала:*

Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Для эффективности повторения необходима такая система, при которой усвоенное сочетается с новым, т.е. когда процесс повторения имеет характер вариативности. Изменение упражнения, разнообразие методов и приемов их выполнения вызывает у детей внимание, интерес, положительные эмоции.

• Принцип наглядности:

При разучивании новых движений принцип наглядности осуществляется путем безукоризненного практического показа движений педагогом.

Но если при демонстрации нового упражнения главную роль играет зрительный анализатор, то в заключительной стадии эта роль принадлежит двигательному. В процессе совершенствования двигательных навыков усиливается взаимодействие различных органов чувств, сочетающихся в единый "комплексный" анализатор.

Содержание курса:

1. Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях

Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Периодические издания по хореографии. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов. Информация о хореографических училищах.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперёд, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног.

Классический танец

Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъём на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменой ног, с продвижением вперёд, назад, с поворотами на $\frac{1}{4}$ круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.

Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

3. Основы народного танца

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на $\frac{1}{8}$, гармошка, ёлочка. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.

Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Итальянский танец. Испанский танец. Прибалтийские танцы. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками.

5. Постановка танцев. Отработка номеров

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, танго, ча-ча-ча. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

6. Отчётный концерт

Подготовка пригласительных билетов на отчётный концерт. Отработка ритуала встречи гостей. Подготовка помещения для приёма гостей. Оформление зала и сцены. Подготовка ведущего концерта. Репетиции. Подготовка видео- и фотосъёмки. Разбор итогов отчётного концерта.

Заключительная беседа с обучающимися и их родителями о перспективах продолжения занятий и о продолжении хореографического образования детей, проявивших способности и стремление к освоению профессионального мастерства танцора.

**Тематическое планирование по курсу «Хореография»
2 класс (35 часов, 1 час в неделю)**

№ урока	Наименование разделов (глав) и тем урока	Кол-во часов
Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях (1 час)		
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	1
Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец (8 часов)		
2	Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног.	1
3	Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки.	1
4	Танцевальные элементы классического танца.	1
5	Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы.	1
6	Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях.	1
7	Освоение поз и движений классического танца.	1
8	Освоение поз и движений классического танца.	1
9	Освоение поз и движений классического танца.	1
Основы народного танца (6 часов)		
10	Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный.	1
11	Элементы русского танца.	1
12	Работа над этюдами.	1
13	Детские танцы.	1
14	Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.	1
15	Освоение поз и движений народных танцев.	1
Танцевальные этюды. Эстрадный танец (8 часов)		
16	Танцевальные этюды. Эстрадный танец. Танцевальная разминка.	1
17	Техника прыжков и вращений.	1
18	Итальянский танец.	1
19	Испанский танец.	1
20	Прибалтийские танцы.	1
21	Освоение упражнений по исправлению опорно-двигательного аппарата.	1
22	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1
23	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1
Постановка танцев. Отработка номеров (11 часов)		
24	Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце.	1
25	Отработка эстрадно-вокального танца.	1
26	Тренинг современной танцевальной пластики.	1
27	Тренинг современной танцевальной пластики.	1
28	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений , исполнительского мастерства в ритме вальса	1
29	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений , исполнительского мастерства в ритме танго	1
30	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений , исполнительского мастерства в ритме ча-ча-ча	1
31	Постановка танцев. Отработка номеров	1
32	Постановка танцев. Отработка номеров	1
33	Постановка танцев. Отработка номеров	1
34	Постановка танцев. Отработка номеров	1
Отчетный концерт (1 час)		
35	Отчетный концерт	1

**Тематическое планирование по курсу «Хореография»
4 класс (35 часов, 1 час в неделю)**

№ урока	Наименование разделов (глав) и тем урока	Кол-во часов
Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях (2 часа)		
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	1
2	Освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук, ног.	
Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец (7 часов)		
3	Экзерсис. Позиции ног. Упражнения для ног.	1
4	Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки.	1
5	Танцевальные элементы классического танца.	1
6	Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы.	1
7	Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях.	1
8	Прыжки и махи ногами. Каблучное упражнение. Подготовка к веревочке.	1
9	Освоение поз и движений классического танца.	1
Основы народного танца (6 часов)		
10	Ходы русского танца.	1
11	Элементы русского танца.	1
12	Работа над этюдами.	1
13	Детские танцы.	1
14	Режим дня танцора и о здоровом образе жизни.	1
15	Освоение поз и движений народных танцев.	1
Танцевальные этюды. Эстрадный танец (8 часов)		
16	Танцевальная разминка. Танцевальные этюды. Эстрадный танец.	1
17	Техника прыжков и вращений.	1
18	Итальянский танец.	1
19	Испанский танец.	1
20	Прибалтийские танцы.	1
21	Освоение упражнений по исправлению опорно-двигательного аппарата.	1
22	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1
23	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1
Постановка танцев. Отработка номеров (11 часов)		
24	Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце.	1
25	Отработка эстрадно-вокального танца.	1
26	Тренинг современной танцевальной пластики.	1
27	Тренинг современной танцевальной пластики.	1
28	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса.	1
29	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме танго.	1
30	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме ча-ча-ча.	1
31	Освоение исполнительского мастерства танцора.	1
32	Постановка танцев. Отработка номеров	1
33	Постановка танцев. Отработка номеров	1
34	Постановка танцев. Отработка номеров	1
Отчетный концерт (1 час)		
35	Отчетный концерт	1