



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Управление образования Карабашского городского округа»  
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Общеобразовательная школа – интернат» г. Карабаша**

УТВЕРЖДЕНО  
Директор И.В. Климова  
Приказ № 51-0.1  
От «01» 09 2023г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**Хореографический кружок**  
Направление: художественное  
Уровень программы: базовый  
Возраст учащихся: **8-15 лет**  
Срок реализации: **1 год (612 часов)**

Разработчик: И.В. Трефилова,  
педагог дополнительного  
образования,  
руководитель танцевального  
кружка.

г. Карабаш, 2023г

## Пояснительная записка

Программа дополнительного образования танцевального кружка модифицирована в соответствии с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей с интеллектуальной недостаточностью. Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности.

В данной программе танец рассматривается как средство преодоления трудностей, связанных с ограничениями здоровья (умственной отсталостью). Преподавание танцев в специальном (коррекционном) образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные танцам, способствуют общему развитию: коррекции недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Умение ориентироваться в пространстве достигается путем композиционного перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами, способствуют развитию вестибулярного аппарата, памяти, внимания.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений -

музыкально совершенствуя психические функций (мышление, память, внимание, восприятие).

Занятия танцами в школе эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа кружка нацелена на удовлетворение постоянно изменяющихся индивидуальных, культурных, духовных и образовательных потребностей детей, создание условий для творческого развития каждого ребенка, его адаптации в меняющемся мире и приобщении к культурным ценностям. Данная программа ориентирована на работу с детьми, с ограниченными возможностями здоровья, в коррекционной школе и на воспитание хореографической культуры, привитие начальных навыков в исполнении танца.

### **Цель, задачи программы**

#### **Цель:**

Развитие творческих способностей детей с ОВЗ через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства.

В соответствии с данной целью выдвинуты следующие **задачи:**

#### **Образовательные:**

- обучить детей танцевальным движениям;
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формировать культуру движения, выразительности движений и поз;
- формировать умение ориентироваться в пространстве;

#### **Воспитательные:**

- развить у детей активность и самостоятельность;
- формировать общую культуру личности ребенка;
- создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

#### **Развивающие:**

- развить творческие способности детей, воображения;
- развить музыкальный слух и чувство ритма, темпа;
- развить исполнительские навыки в танце;

Успешное решение поставленных задач возможно только при использовании педагогических принципов:

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому воспитаннику);
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий);
- игровой принцип (занятие строится на игре);
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- принцип наглядности (практический показ движений).

Программа рассчитана на детей с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 8 лет и до 15 и полностью реализуется в течении одного года работы.

#### **Формы и методы проведения занятий**

В соответствии с возрастными особенностями детей используются различные формы и методы работы на занятиях.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально - тренировочные занятия (репетиция), в ходе которых осуществляется

систематическое, целенаправленное, и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребёнка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

**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 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 приемов, движений, картинок, игрушек и др.)

Схема построения занятия одинакова в течение всего учебного процесса: вводная часть, подготовительная часть, основная часть, заключительная часть. В вводную часть входит организационный момент (построение, поклон) и сообщение темы занятия – 5 мин.

Подготовительная часть включает упражнения разминки для разогрева – 10 мин. Основная часть содержит учебно-тренировочные задания, повторение ранее пройденного и изучение танцевальных этюдов, композиций и постановок – 20-40 мин. В заключительную часть входит подведение итогов, прощание, уход - 3 мин. Расширяя кругозор детей о танцевальном искусстве, использую такие методы в занятиях:

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- демонстрация вариаций;

- отработка движений;
- постановка танца;
- репетиции;
- знакомство с русским народным костюмом;
- просмотр видеоматериала и прослушивание музыки;
- экскурсии;
- изготовление костюмов.

### **Срок реализации программы.**

Программа рассчитана на 612 часов в год. Младшая и старшая группы. На младшую группу выделяется 8 часа в неделю. На старшую группу выделяется 10 часов. Общее количество часов в неделю составляет 18 часов. В первую группу включены дети младшего возраста. Вторая группа – старшекласники.

### **Планируемые результаты**

#### **Младшая группа ( 2-4 классы)**

1. Правильно пройти в такт музыке, сохраняя осанку
2. Иметь навык легкого шага с носка на пятку
3. Иметь навыки актерской выразительности.
4. Знать позиции рук, ног, уметь правильно использовать и исполнять изученные движения.
5. Уметь открыть и закрыть руки.

#### **Старшая группа( 5-9 классы)**

1. Характерные особенности движений и элементов, манеру исполнения русского народного танца; бального танца, эстрадного танца.
2. Исполнять основные движения различных видов танцев;

3. Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
4. Танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
5. Уметь воспринимать и передавать в движении образ;
6. Понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение танца на выступлениях.

### **Критерии определения результативности программы:**

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.

Координация, ловкость движений – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.

Творческие способности – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок).

Память – способность запоминать музыку и движения

### **Способы определения результативности программы:**

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной образовательной программы являются:

- праздничные выступления - (школьные мероприятия -«День учителя», «Новогодний переполох», «8 марта», «Последний звонок» и т.д.);
- отчётный концерт;
- участие в городском смотре художественной самодеятельности;

- участие в конкурсах «День единства народов» и др.

### **Содержание работы:**

Учебный материал, предусмотренный программой, распределён в определённой последовательности с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Постепенно, от занятия к занятию, усложняется учебный материал: движения, ритмика, пластика и т.д. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в коллективе и только потом переходить к целенаправленному формированию исполнительских умений и навыков.

Для выработки ритмичных танцевальных упражнений, в овладении основами техники танца, рекомендую использовать на занятиях:

- коллективные танцевальные игры («Хоровод», «Я хочу с тобой танцевать», «Макарена», «Тетя весельчак» и др.)
- ритмические упражнения;
- народный фольклор (потешки, прибаутки, песенки, частушки);
- создание собственных танцевальных элементов.



## Календарно-тематическое планирование на 2023-2024гг

### Младшая группа.

№	Наименование темы	Кол-во часов		Форма аттестации
	<u>Сентябрь</u>			
1.	Разучивание разминки.	<b>10</b>		
2.	Танцевальные игры с детьми.	<b>10</b>		
3.	Разучивание движений танца «Полька»	<b>12</b>		
	<u>Октябрь</u>			Концерт к Дню Учителя.
4.	Разучивание движений танца «Полька»	<b>15</b>		
5.	Разучивание танца «Миньоны»»	<b>17</b>		
	<u>Ноябрь.</u>			
6.	Разучивание танца «Русские потешки»	<b>10</b>		
7.	Танец «Миньоны»	<b>14</b>		
	<u>Декабрь</u>			
8.	Танец «Гномы-лилипутики»	<b>10</b>		Конкурс «Новогодний переполох»
9.	Танец «Бабка ежка»	<b>10</b>		
10.	Новогодние танцы. Разучивание движений.	<b>12</b>		
	<u>Январь</u>			
11.	Разучивание движений к танцу «Семечки»	<b>8</b>		
12.	Танец «Русские потешки»	<b>8</b>		
13.	Разучивание движений танца «Морячка»	<b>8</b>		
	<u>Февраль</u>			Участие в региональном фестивале «Подснежник»
14.	Танец «Морячка» Разучивание движений.	<b>14</b>		
15.	Танец «Русские потешки»»	<b>10</b>		
	<u>Март</u>			
16.	Репетиция танца «Русские потешки»»	<b>14</b>		Концерт, посвященный Женскому Дню.
17.	Танец «Семечки». Разучивание			

	движений.	<b>10</b>	
	<u>Апрель</u>		
18.	Танцевальная разминка.	<b>10</b>	Участие в городском смотре худ.самодеятельности.
19.	Танец «Солнечный круг».	<b>10</b>	
20.	Подготовка и репетиции к смотру художественной самодеятельности.	<b>12</b>	
	<u>Май</u>		
21.	Танцевальные игры.	<b>5</b>	Последний звонок – 4 класс. 1 класс «Прощание с букварем»
22.	Репетиции танца «Солнечный круг»	<b>10</b>	
23.	Подготовка к последнему звонку в 4 классе. Танец «Вальс»	<b>17</b>	
		<b>256 ч</b>	

**(старшая группа)**

№	Наименование темы	Кол-во часов		Форма аттестации	
	<u>Сентябрь</u>				
1.	Разучивание разминки.	<b>15</b>			
2.	Танцевальные игры.	<b>10</b>			
3.	Танец «Мамбо». Разучивание движений.	<b>15</b>			
	<u>Октябрь</u>				
4.	Элементы народного танца. Разучивание движений.	<b>20</b>		Концерт к Дню учителя.	
5.	«Флешмоб». Разучивание движений.	<b>20</b>			
	<u>Ноябрь</u>				
6.	Танец «Диво».	<b>20</b>			
7.	Разучивание движений бальных танцев.	<b>20</b>			
	<u>Декабрь</u>				
8.	Разучивание движений народного танца.	<b>20</b>			
9.	Новогодние танцевальные игры.	<b>10</b>			
10.	Репетиции народного танца «Диво»	<b>10</b>			
	<u>Январь</u>				
11.	Танец «Кадриль» Разучивание движений.	<b>16</b>			
12.	Танец «Топотоуха». Разучивание движений.	<b>20</b>			
	<u>Февраль</u>				
13.	Репетиция и разучивание танца «Кадриль».	<b>10</b>		Участие в региональном фестивале «Подснежник»	
14.	Репетиция и разучивание движений к танцу «Диско-бой»	<b>10</b>			
15.	Репетиции к концерту «8-е марта»	<b>15</b>			
	<u>Март</u>				
16.	Репетиция. Подготовка к смотру.	<b>15</b>		Концерт, посвященный	
17.	Танец «Топотуха». Разучивание	<b>20</b>			

	движений.		Дню 8 марта
	<u>Апрель</u>		
18.	Танец «Вальс». Разучивание движений.	<b>20</b>	
19.	Танец «Катюша». Разучивание движений.	<b>20</b>	Участие в городском смотре художественной самодеятельности.
	<u>Май</u>		
20.	Репетиции на «Последний звонок». Подготовка к выпускному вечеру.	<b>20</b>	
21.	Репетиция танца «Вальс»	<b>20</b>	Концерт, посвященный празднику Победы. Последний звонок.
		<b>Итого: 356 часов</b>	

## Календарно-тематическое планирование младшей группы танцевального кружка

### 2-5 класс.

№	Тема.	Кол-во ч.	дата
1	Организационная работа. Сбор участников коллектива. Инструктаж по ТБ.	2 ч.	сентябрь
2	Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром. Первичная диагностика.	2ч.	сентябрь
3	Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.	6ч.	сентябрь
4	Разминка. Упражнения на «квадрате». Подготовка ко Дню учителя.	6 ч.	сентябрь
5	Разминка. Упражнение классического дренажа. Подготовка ко Дню учителя.	5 ч.	сентябрь
6	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Подготовка ко Дню учителя.	5 ч.	сентябрь
7	Разминка. Подготовка ко Дню учителя. Репетиция танцев включенных в концерт.	6ч.	сентябрь
8	Генеральный прогон танцев ко Дню учителя.	4 ч.	октябрь
9	Участие коллектива в праздничном концерте, посв. Дню учителя	1 ч.	октябрь
10	Разминка. Постановка рук и ног в танце. Разучивание движений танца «Полька».	4ч.	октябрь
11	Упражнения для стопы, вытянутость носочков. Постановка танца, соединение выученных упражнений. Разучивание движений к танцу «Миньоны»	4ч.	октябрь
12	Постановка головы, освоение понятий вытянутости и выворотности.	6ч.	октябрь
13	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных. Боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками. Движения танца «Миньоны»	5 ч.	октябрь
14	Разминка. Разучивание мужской и женской партии «Поклон». Разучивание движений	8ч.	ноябрь

	танца «Русские потешки».		
15	Разучивание движений танца «Миньоны»	10 ч.	ноябрь
16	Ритмический тренаж: ходьба парами, змейкой, звёздочкой. Постановка корпуса. Повторение танца	6ч.	ноябрь
17	Разучивание движений новогодних хороводов	10ч.	декабрь
18	Разучивание отдельных элементов, движений танца «Гномы-лилипутики»	4ч.	декабрь
19	Танцевальные движения «Большой и маленький квадрат», «Шаги с поднятием колена и рук». Соединение движений танца «Гномы-лилипутики»	6ч.	декабрь
20.	Разучивание танца «Бабка-ежка»	8ч.	декабрь
21.	Репетиции танца «Миньоны», «Бабка-ежка», «Гномы-лилипутики»	4 ч	декабрь
20	Шагистика. Перестроения в танце.	4 ч.	январь
21	Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. Разучивание нового танца «Морячка» Отработка движений.	10ч.	январь
22	Разучивание движений танца «Семечки»	4 ч	январь
23	Повторение выученных движений и танцев.	6ч.	январь
24	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	4 ч.	февраль
25	Элементы народного танца «Русские потешки»	8ч.	февраль
26	Разучивание танца «Семечки»	10ч.	февраль
27	Репетиция танцев.	2 ч.	февраль
28	Соединение движений к танцу «Семечки» воедино	4ч.	март
29	Репетиция концерта, посвященная 8марта	4ч.	март
30	Концерт на 8-е марта	1 ч.	март
31	Разучивание движений эстрадного танца	10ч.	март
32	Повторение танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений.	5ч.	март

33	Танцевальные игры	4ч.	апрель
34	Танцевально-образные движения: змея, кошка, цапля. Разучивание движений к современному танцу. Повторение и отработка выученных танцев.	4ч.	апрель
35	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений.	8ч.	апрель
36	Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика.	4ч.	апрель
37	Разучивание танца «Солнечный круг»	12ч.	апрель
38	Повторение движений современного танца. Подготовка к праздникам. Повторение и отработка выученных танцев.	8 ч.	май
39	Разминка. Постановка рук (позиция руки на поясе, положение рук в стороны, вперед, вверх). Репетиция и отработка даб степ танца. Отработка четкости и ритмичности движений	8ч.	май
40	Ритмика. Разучивание дополнительных движений к танцу. Подготовка к майским праздникам.	4ч.	май
41	Прогонная репетиция выученных танцев. Отработка четкости и ритмичности движений.	4ч.	май
42	Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев. Постановка танца «Вальс».	8ч.	май
		<b>256ч</b>	

**Календарно-тематическое планирование танцевального кружка в старшей группе.**

**5-9классы.**

№	тема	Кол-во ч.	Дата
1	Организационная работа. Инструктаж по ТБ. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. Первичная диагностика.	3	сентябрь
2	Подготовка ко Дню учителя. Разучивание новых движений к танцу «Мамбо»	10	сентябрь
3	Разминка. Повторение танца «Мамбо» Соединение и постановка. Подготовка ко Дню учителя	10	сентябрь
4	Постановка головы, рук, ног. Ритмический тренаж. Разучивание движений современного танца «Мамбо»,	7	сентябрь
5	Элементы народного танца	10	сентябрь
6	Генеральный прогон танца «Мамбо».	4	октябрь
7	Праздничный концерт «Щедрое сердце любить не устанет»	1	октябрь
8	Разучивание движений Флеш моба	8	октябрь
9	Постановка головы, рук, ног. Ритмический тренаж.	8	октябрь
10	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных. Боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками.	4	октябрь
11	Разминка. Разучивание мужской и женской партии «Поклон», «Ковырялочка» вперед и назад.	5	Октябрь
12	Портретная гимнастика: упр. «Топотушки», поднятие ног на 90 градусов, «Птичка», «Утюжок», «Флажок». Разучивание движений Стилизованного танца «Диво»	6	октябрь



13	Движения с притопами и прихлопами.	8	октябрь
14	Соединение движений группами в танце	5	ноябрь
15.	Разучивание движений танца «Диво»	10	ноябрь
16.	Разминка, танцевальное движение «Пружинка с поворотом», «Подскоки в повороте». Разучивание движений Народного стилизованного танца «Диво»	15	ноябрь
17.	Отработка парных танцев.	10	ноябрь
18	Подготовка к новогодним мероприятиям. «Новогодний переполох»	6	декабрь
19	Разучивание движений к новогодним танцам	10	декабрь
20	Разучивание движений к танцу «Новогодняя полька»	6	декабрь
21	Новогодние танцевальные игры	4	декабрь
22	Выступление на новогодних мероприятиях.	4	декабрь
23	Отработка движений народного танца.	6	декабрь
24	Портретная гимнастика: упр. «Велосипед», «Бабочка». Разучивание движений к танцу «Диско бой»	6	январь
25	Ритмический тренаж: ходьба парами, змейкой, звёздочкой. Постановка корпуса.	6	январь
26	Разучивание движений для эстрадного танца «Диско бой»	6	январь
27	Разучивание движений к танцу «Кадриль»	12	январь
28	Разучивание элементов русского народного танца «Кадриль»	10	февраль
29	Разминка. Репетиция танца «Кадриль». Танцевальные движения «Шаги с поднятием колена и рук».	6	февраль
30	Танцевальные движения «Глубокие выпады», «Волна». Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	6	Февраль  февраль
31	Подготовка к концерту. Репетиции.	6	февраль

32	Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья,	2	февраль
33	Развитие подвижности локтевого сустава. Разучивание движений к русскому танцу.	4	март
34	Синхронность движений. Отработка четкости. Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. Повторение и закрепление выученных движений.	6	март
35	Игровой тренинг «Давайте познакомимся».	2	март
36	Подготовка к смотру художественной самодеятельности. Танец «Топотуха».	18	март
37	Разминка. Постановка рук (позиция руки на поясе, положение рук в стороны, вперед, вверх).	4	апрель
38	Разучивание движений эстрадного танца «Катюша»	10	апрель
39	Разучивание бального танца «Вальс» и «Танго»	10	апрель
40	Отработка танцев парами.	6	апрель
41	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Подготовка к праздникам.	10	апрель
42	Репетиция танца ко дню Победы. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Подготовка к праздникам.	10	май
43	Разучивание движений бального танца «Вальс»	8	май

45	Отработка всех выученных танцев Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений.	6	май
46	Танцевальная игротека	1	май
47	Подготовка к последнему звонку. Репетиция.	10	май
48	Отчетный концерт. Диагностика на конец учебного года.	5	май
	Итого	<b>356ч</b>	