

Государственное бюджетное образовательное учреждение Астраханской области  
«школа – интернат № 3 для обучающихся, воспитанников с ограниченными  
возможностями здоровья».

Рассмотрено на заседании МО  
учителей трудового обучения, ИЗО,  
физической культуры и хореографии  
Протокол №1 от.

Утверждено  
педагогическим советом  
Протокол № 1 от.

Утверждаю: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Директор                    Рябов И. В.

**Рабочая программа**  
**хореографического кружка**  
**«Эдельвейс»**  
**руководитель Безрукалова И. А.**

**Составитель:**  
**Безрукалова И. А.**  
**высшая квалификационная категория**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореографические занятия являются частью образовательно-коррекционного процесса в специальных школах для детей с нарушениями слуха, направленного на всестороннее развитие учащихся, их социальную адаптацию. На занятиях неслышащие школьники учатся воспринимать музыку (с помощью индивидуальных слуховых аппаратов), правильно, выразительно и ритмично исполнять под музыку танцы и гимнастические упражнения. Тем самым для учащихся расширяются границы познания прекрасного в жизни и искусстве, что важно для приобщения детей с нарушениями слуха к духовной культуре общества.

Обучение проходит в условиях целенаправленного развития слухового восприятия учащихся и базируется на развитии у них слухо-зрительно-кинестетической системы. Необходимым условием работы на занятиях является создание атмосферы добра, эмоциональной насыщенности и совместного творчества детей и взрослого. Использование сказочных персонажей, сюжетно – ролевых игр, игр – инсценировок стимулируют активность детей. Главным принципом достижения эффективности в работе является индивидуальный подход к ребенку с учетом его возрастных и психофизиологических возможностей. Необходимо учитывать быструю психическую и физическую истощаемость этих детей. Игры и упражнения следует подбирать таким образом, чтобы они были по сложности доступны для выполнения. Усложнение двигательных и музыкальных заданий должно происходить постепенно.

Занятия способствуют развитию двигательной сферы, творческих способностей детей, воспитывают нравственно-эстетические и этические чувства.

Программа по хореографии включает следующие разделы:

- *развитие эмоционального восприятия*
- *развитие слухового восприятия*
- *развитие движений под музыку и ориентировки в пространстве*

### **Цель хореографического кружка «Эдельвейс»:**

Воспитания и развития личности ребенка средствами хореографии.

### **Задачи:**

- Формировать у детей культуру здорового образа жизни.
- Развивать и совершенствовать физические и творческие данные детей.
- Обучать основным элементам пластической гимнастики.
- Знакомить с основами классического, народного, современного танца.

- Воспитывать такие качества личности ребенка как трудолюбие, выносливость, терпеливость, взаимоуважения, взаимовыручку и. т. д.

### **К концу года у детей:**

1. Укрепится здоровья.
2. Повысится гибкость суставов, улучшится эластичность мышц и связок, нарастет сила мышц.
3. Сформируется знания, умения и навыки в области классического, народного, современного танца.
4. Разовьются творческие способности, чувства ритма, гибкость и пластика тела. Творческое воображения, пространственное мышления, правильная осанка, волевые качества, красивая походка и т. д.
5. Дети приобщатся к общей культуре. Приобретут такие качества как: сила воли, самостоятельность, стремления, дисциплина, аккуратность.

### **Модель занятий**

Вводная часть – ритмическая разминка.

- Дыхательные упражнения.
- Ритмические упражнения.
- Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижных суставов.
- Упражнения на развития координацию движений.
- Упражнения на ритм.
- Партерная гимнастика.

Основная часть – подготовительные танцевальные движения

- Проучивание основных позиций рук и ног.
- Основы классического, народного танца.
- Комбинации на характерные движения.
- Прыжки.

Танцевальные элементы, этюды.

- Этюдная работа.
- Постановка сюжетного или массового танца.

Заключительная часть.

- Игры с введением танцевальных движений.
- Импровизация на заданную тему

## Перспективный план

<p><b><u>Сентябрь</u></b></p>	<p><u>1 неделя</u></p>	<p>Вводное занятие. Техника безопасности. Познакомить детей с историей танца, его основными стилями и жанрами, рассказать о формах, правилах поведения на занятиях. Развивать интерес к танцевальному искусству. Прививать любовь и уважения к танцу. Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов) Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.</p>
	<p><u>2 неделя</u></p>	<p>Ритмическая игра «Пастушок». Игра «Найди свое место». Формирования музыкально – ритмической координации движения. Развивать внимание, чувство ритма, память. Воспитывать общую музыкальную культуру. Этюд «Скворушка». (Упражнения на координацию движения). Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру.</p>
	<p><u>3 неделя</u></p>	<p>«Кенгуру точка ру» (Упражнения на ритм). Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм (Быстро – медленно, резко – плавно). Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру Комплекс дыхательной гимнастики. Учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность.</p>
	<p><u>4 неделя</u></p>	<p>Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность. Игра «Лиса», «Мышеловка». Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.</p>
<p><b><u>Октябрь</u></b></p>	<p><u>1 неделя</u></p>	<p>Классический танец. Знакомить детей с основами классического танца. Развивать силу ног, натянutosть</p>

		<p>стопу, вываротность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к танцу. Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов). Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.</p>
	<u>2 неделя</u>	<p>«Паровозик» (Перестроение по залу). Учить ориентироваться в пространстве. Развивать пространственное мышление, внимание. Воспитывать дисциплину, аккуратность.</p> <p>Этюд «Березка». Закреплять полученные навыки ориентировки в пространстве. Развивать выразительность, музыкальный слух, память, внимание.</p>
	<u>3 неделя</u>	<p>Постановка танца «Шалунишки». Формировать у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать интерес к танцевальному искусству. Комплекс дыхательной гимнастики. Учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность.</p>
	<u>4 неделя</u>	<p>Гимнастические упражнения. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность.</p> <p>Игра «Самолеты и бабочки». Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.</p>
<b><u>Ноябрь</u></b>	<u>1 неделя</u>	<p>Классический танец. Знакомить детей с основами классического танца. Развивать силу ног, натянутость стопы, постановку корпуса вываротность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к классическому танцу. Ритмическая разминка «Острова». Формировать музыкально - ритмическую координацию движений. Развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма. Воспитывать общую музыкальную культуру.</p>
	<u>2 неделя</u>	<p>Этюд «Барабашки» (Упражнения на ритм). Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм (Быстро – медленно, резко – плавно). Развивать чувства ритма, внимание,</p>

		память. Воспитывать общую музыкальную культуру. «Ножки, ножки ходили по дорожки» (Различные виды шагов, танцевальный бег). Формировать у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развивать равновесие, выразительность, грацию. Воспитывать интерес к танцевальному искусству.
	<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Звонкие колокольчики». Учить детей работать с предметом (колокольчики). Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность. «Зайки» (Прыжковые упражнения). Продолжать знакомить детей с элементами танца. Развивать физические данные, силу, натянность стопы, чувство равновесия.
	<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление. Игра «Гипнотизер». Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<u>Декабрь</u>	<u>1 неделя</u>	Классический танец. Знакомить детей с основами классического танца. Развивать силу ног, натянность стопы, постановку корпуса, выворотность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к танцу. Ритмическая разминка «По кругу». Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
	<u>2 неделя</u>	Этюд «Мельница» (Упражнения координацию движения). Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру. «Статуи» (постановка корпуса, рук, ног). Продолжать знакомить детей с основой танца. Развивать гибкость суставов, эластичность мышц, равновесие. Воспитывать интерес к танцу.
	<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Вдохновение». Учить детей работать с предметом. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность. «Нитка с иголкой» (Музыкально-пространственные упражнения). Учить ориентироваться в пространстве.

		Развивать пространственное мышление, внимание. Воспитывать дисциплину, аккуратность.
	<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление. Игра «Баба-яга». Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b><u>Январь</u></b>	<u>2 неделя</u>	Упражнения на напряжения и расслабления мышц всего тела. Укреплять физическое здоровье детей. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитать дисциплину, волевые качества ребенка. Темповые динамические упражнения. Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм. Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру.
	<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Матрешки». Учить детей работать с предметом. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность. Комплекс дыхательной гимнастики. Учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность.
	<u>4 неделя</u>	Гимнастические упражнения. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление. Игра «Буратино и пьеро». Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b><u>Февраль</u></b>	<u>1 неделя</u>	Ритмическая разминка «Веселая карусель». Формировать музыкально - ритмическую координацию движений. развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма. Воспитывать общую музыкальную культуру.
	<u>2 неделя</u>	Упражнения на напряжения и расслабления мышц всего тела. Укреплять физическое здоровье детей. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитать дисциплину, волевые качества ребенка. Этюд «Незнайка» (Упражнения на координацию

		движения). Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру.
	<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Гусары». Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность. Игра импровизация на заданную тему «Создаем характеры» (работа над мимикой лица) Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям.
	<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление. Игра «Тюльпан». Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b><u>Март</u></b>	<u>1 неделя</u>	Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов) Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
	<u>2 неделя</u>	Формировать представление детей о современном танце. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенок. Этюд «Колокольчики» (Упражнения на ритм) Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм (Быстро – медленно, резко – плавно). Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру.
	<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Капель». Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность. Комплекс дыхательной гимнастики. Учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность.
	<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли,



		самостоятельность, стремление. Игра «Штанга». Попеременное напряжение и расслабление мышц плечевого пояса и рук. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b><u>Апрель</u></b>	<u>1 неделя</u>	Упражнения для позвоночника. Формировать представление детей о современном танце. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
	<u>2 неделя</u>	Упражнения для координации движений. Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру. «Плетень» (Музыкально-пространственные упражнения). Учить ориентироваться в пространстве. Развивать пространственное мышление, внимание. Воспитывать дисциплину, аккуратность.
	<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Салют». Учить детей работать с предметом. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность. Формировать представление детей о современном танце. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
	<u>4 неделя</u>	Гимнастические упражнения. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление. Игра «Конкурс лентяев». Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b><u>Май</u></b>	<u>1 неделя</u>	Основы танца. Продолжать обучения детей элементами танца в более быстром темпе, уделить особое внимание чистоте исполнений движений. развивать правильную постановку корпуса, рук, ног, чувства ритма. Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов). Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
	<u>2 неделя</u>	«Шалуны» Ритмическая разминка. Формировать музыкально - ритмическую координацию движений.

		<p>Развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма. Воспитывать общую музыкальную культуру.</p> <p>«Плавные ручки». Учить детей плавно и красиво исполнять руками и кистью рук различные виды упражнения. Развивать пластичность, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.</p>
	<u>3 неделя</u>	<p>Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.</p> <p>Игра «Конкурс лентяев». Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.</p>
	<u>4 неделя</u>	<p>Повтор всех постановочных танца. Поднимать уровень танцевального мастерства. Развивать творческие способности, актерское мастерство, танцевальность. Воспитывать любовь к танцевальному искусству.</p> <p><b><u>Итоговый концерт «Танцевальная капель»</u></b> Создания праздничного, хорошего, веселого настроения.</p>