

КГУ «Школа-интернат «Ак ниет» УО ВКО

Согласовано:

Зам. директора по ВР  
«Школа-интернат «Ак ниет» УО ВКО

Жуф - Ж. Кудерова  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

Утверждаю:

Директор КГУ «Школа -  
интернат «Ак ниет» УО ВКО

С. Кривицкая  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.



Рабочая программа по хореографии  
танцевального кружка «Куншуак»  
на 2022-2025 учебный год

педагог дополнительного образования  
высшей категорий (старая форма)  
Халелова М.А

г. Усть-Каменогорск 2022г.

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план.....	7
3. Содержание тем программы.....	8
4. Календарно-тематический план.....	10

## Пояснительная записка

Адаптивная рабочая программа танцевального кружка «Куншуак» составлена на основе методического пособия «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры», - М.: Дрофа, 2003г, автор Г. А. Колодницкий.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Музыка отводится ведущая роль, а движение рассматривается как проявление эмоций, связанных с музыкальным образом, как средство усвоения музыкальных закономерностей.

Несомненно, что такая программа как никому другому нужна детям с особыми образовательными способностями. Одним из психолого-педагогических ресурсов социальной интеграции и социальной адаптации детей с ООП в сообществе сверстников, развития детско-родительских отношений является дополнительное образование.

Степень освоения предложенной детям с особыми образовательными потребностями образовательной программы зависит от их индивидуальных особенностей и требует в ходе образовательного процесса решения коррекционных задач (диагностика индивидуальных проблем, разработка плана их решения, решение проблем).

Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение детей танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Программа предназначена для внеклассной работы с учащимися младшего, среднего и старшего школьного возраста.

**Цель:** Развитие творческих способностей воспитанников с ООП, через включение их в танцевально-хореографическую деятельность и приобщение детей ко всем видам танцевального искусства.

### **Задачи:**

- прививать детям любовь к танцу
- соразмерно формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные и художественно- творческие)
- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, слуховую и зрительную память;
- воспитывать художественный вкус, интересы;
- научить полноценно воспринимать произведения танцевального искусства;

- применять на занятиях элементы ОРУ, упражнения на восстановление дыхания, зрительная гимнастика, лого ритмические упражнения, упражнения на укрепление мышц спины, рук и ног;

В программу включены следующие разделы: ритмика, элементы классического танца, элементы казахского народного танца, элементы бального танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционная работа.

Программа разработана для учащихся 0-8 классов (младшего, среднего и старшего звеньев) и рассчитана на 72 часа в год, 2 часа в неделю.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. В связи с тем, что дети имеют нарушения слуха, общую физическую ослабленность, нарушение моторики и т. п. программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Занятия проходят в танцевальном зале. Для занятий используются: музыкальный центр, электронные носители, также тренировочный материал: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты. В течение года дети участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах.

## Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

### Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

### Метапредметные результаты:

#### *Регулятивные действия:*

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

#### *Познавательные действия:*

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

#### *Коммуникативные действия:*

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

### Предметные результаты:

#### *Учащиеся должны уметь:*

- правильно держать осанку;

- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

### Учебно-тематический план

№	Название раздела	Количество часов
1	Ритмика	12
2	Элементы классического танца	10
3	Элементы казахского народного танца	14
4	Элементы бального танца	10
5	Элементы национального танца	12
6	Постановочно – репетиционная работа	14
	Итого	72

## Содержание тем программы

Раздел	Содержание тем программы
<p><b>1. Ритмика</b></p>	<p>1. <u>Ритмические упражнения:</u>                      - упражнения на дыхание;                      - физиологическая разминка по принципу сверху вниз.</p> <p>2. <u>Упражнения на ковриках:</u>                      - лежа на животе – поднятие рук и ног одновременно и поочередно, покачивание;                      - лежа на спине – поднятие ног, махи ногами;                      - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины;                      - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д.</p> <p>3. <u>Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u>                      - движения в образах;                      - пантомима.</p> <p>4. <u>Упражнения на пластику и расслабление:</u>                      - пластичные упражнения для рук;                      - наклоны корпуса в координации с движениями рук;                      - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела.</p> <p>5. <u>Пространственные упражнения:</u>                      - продвижения с прыжками, бег, поскоки;                      - перестроение из одной фигуры в другую.</p> <p>6. <u>Ритмические комбинации:</u>                      - связки ритмичных движений;                      - этюды;                      - танцевальная импровизация.</p>
<p><b>2. Элементы классического танца</b></p>	<p>1. <u>Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).</u>                      - плие;                      - пор-де-бра.</p> <p>2. <u>Упражнения на середине зала:</u>                      - приседания и полуприседания;                      - поднятие стопы на полупальцы;                      - движение в координации рук и ног по позициям, повороты.</p> <p>3. <u>Прыжки, верчения:</u>                      - прыжки на месте по I, II, III позициям ног;                      - верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.</p> <p>4. <u>Комбинации движений классического танца:</u></p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- этюды;</li> <li>- координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений;</li> <li>- координация рук и ног в исполнении движений на середине.</li> </ul>
<b>3.Элементы казахского народного танца</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</u></li> <li>2. <u>Основные танцевальные движения:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- танцевальные шаги – с каблука, боковые, дорожка, бег, ;</li> <li>- «Жыланша», «Кус канаты», «Толкын», «Өрнек»;</li> <li>- повороты, прыжки.</li> </ul> </li> <li>3. <u>Комбинации казахского народного танца.</u></li> </ol>
<b>4.Элементы бального танца</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <u>Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение).</u></li> <li>2. <u>Основные элементы бального танца:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»;</li> <li>- свободная композиция (работа в паре);</li> <li>- элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты.</li> </ul> </li> <li>3. <u>Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.</u></li> </ol>
<b>5. Элементы национального танца</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u></li> <li>2. <u>Основные танцевальные движения.</u></li> <li>3. <u>Композиции национального танца (узбекский танец)</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- связка отдельных элементов в свободные композиции.</li> </ul> </li> </ol>
<b>6.Постановочно-репетиционная работа</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <u>Изучение движений танцевального номера;</u></li> <li>2. <u>Отработка движений танцевального номера;</u></li> <li><u>Соединение движений в комбинации;</u></li> <li><u>Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;</u></li> <li><u>Репетиционная работа.</u></li> </ol>

## Календарно-тематический план

2022-2023 учебный год

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Сроки	Изменения
1	<b><u>Ритмика</u></b>	<b>8</b>		
	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	2		
2	Перестроение из одной фигуры в другую	2		
3	Поднимание ног, махи ногами	2		
4	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	2		
5	<b><u>Элементы танца рок-н-ролл</u></b>	<b>16</b>		
	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	2		
6	Приставные шаги. Прыжки. Повороты	2		
7	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	2		
8	Полуприседания	2		
9	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	2		
10	Движение в координации рук и ног по позициям	2		
11	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	2		
12	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	2		
13	<b><u>Элементы казахского народного танца</u></b>	<b>18</b>		
	Шаг переменный, бег. Дорожка	2		
14	«Жыланша»	2		
15	«Кус канаты»	2		
16	«Толқын»	2		
17	«Өрнек»	2		
18	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	2		
19	Отработка движений танца	2		
20	Повороты. Прыжки	2		
21	Соединение движений танца в комбинации	2		
21	<b><u>Элементы бального танца</u></b>	<b>16</b>		
	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	2		
22	Свободная композиция (работа в паре)	2		
23	Изучение движений танца «Вальс»	2		
24	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	2		
25	Отработка движений танца «Вальс»	2		

26	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	2		
27	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	2		
28	Постановка танца «Вальс»	2		
	<b>Постановочно-репетиционная работа</b>	<b>14</b>		
29	Танцевальный номер «Вальс»	2		
30	Танцевальный номер «Шэцу»	2		
31	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	2		
32	Простые движения танцевального номера. Отработка	2		
33	Сложные движения танцевального номера. Отработка	2		
34	Работа над образом танца	2		
34	Повторение элементов изученных танцев	2		
	Итого	72		