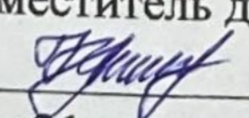


Казенное общеобразовательное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры  
«Солнечная школа-интернат для обучающихся  
с ограниченными возможностями здоровья»



РАССМОТРЕНА  
Заседание МС  
Протокол № 1  
от «30» августа 2022г.

СОГЛАСОВАНА  
Заместитель директора по ВР  
 Е.Т. Кычкина  
от «31» августа 2022г.

УТВЕРЖДЕНА  
Директор

  
Приказ № 555 от «31» августа 2022г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПЕДАГОГА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ХОРЕОГРАФИЯ»**

**ГРУППА 2  
(обучающиеся 9А класса, вариант 1)**

Составитель  
педагог дополнительного образования  
Ваховская А.А.

Сургутский район,  
с.п.Солнечный

### **Пояснительная записка.**

Рабочая программа дополнительного образования спортивной направленности «Хореография» составлена для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 9а класса (кружок) (ФГОС, 1 вариант). Срок реализации программы 2022-2023 учебный год. Недельная нагрузка – 2 часа.

1 четверть	17 часов
2 четверть	15 часов
3 четверть	20 часов
4 четверть	16 часов
<b>Итого за год</b>	<b>68 часов</b>

#### **1. Планируемые результаты освоения курса дополнительного образования.**

##### **Личностные результаты:**

1. Овладение навыками коммуникации (умение задавать вопросы, начинать разговор, выразить отказ, согласие, свое мнение, умение получать и уточнять информацию от собеседника, расширение круга ситуации, в которых обучающийся может использовать коммуникацию как средство достижения цели).
2. Расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
3. Принятие и освоение различных социальных ролей, умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе.
4. Способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения.
5. Осознание себя как члена общества, гражданина Российской Федерации, жителя конкретного региона.
6. Мотивация к самореализации в социальном творчестве, познавательной и практической, общественно полезной деятельности.
7. Ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России.
8. Способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты.
9. Понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности.

##### **По педагогическому замыслу обучающиеся в результате освоения программы получат возможность:**

- ✓ Соблюдать правила игры и дисциплину;
- ✓ Задавать вопросы с целью получения необходимой информации для решения сценической задачи;
- ✓ Действовать согласовано, включаясь одновременно или последовательно;
- ✓ Ориентироваться в пространстве, равномерно размещаясь по сцене;
- ✓ Работать с реквизитом, бутафорией танца;
- ✓ Отличать верно выполненное задание от неверного;
- ✓ Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- ✓ Адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителей;
- ✓ Выступать перед публикой, зрителями.

## 2. Содержание программы.

- ✓ Беседы на темы: «Что такое танец?», «Что нужно знать, чтобы научиться танцевать?» «Значение движения, музыки, ритма.», «Техника безопасного поведения.», «Правила поведения во время занятий.», «О танцевальной форме.».
- ✓ Дыхательные упражнения.
- ✓ Положения рук (вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, образная пластика рук), ног (вместе, на ширине плеч).
- ✓ Танцевальные шаги: с поднятием бедра, с носка, на полупальцах, на пятках. Танцевальный бег: на носках, с высоким подниманием колена.
- ✓ Проработка мышц шеи, рук, туловища, ног в положении стоя (наклоны, приседания, «пружинки»).
- ✓ Ритмические упражнения: простейшие виды хлопков и притопов в различных метроритмических сочетаниях. Простейшие прыжки. Разучивание простейших базовых движений.
- ✓ Упражнения на укрепление, гибкость и эластичность мышц рук, стоп, ног, спины, пресса.
- ✓ Элементарные формы наклонов, подкачек, растяжек, подготовка к махам. Упражнения на расслабление.
- ✓ Ориентация в ограниченном пространстве класса. Основные построения. Круг, линия, цепочка.
- ✓ Упражнения на развитие выразительности движений через изображение пластики движения сказочных героев, животных, предметов и их действий.
- ✓ Развитие эмоциональной выразительности, воспитание основного спектра эмоций, мимики лица. «Актерские пятиминутки».
- ✓ Создание несложных образов в ходе импровизации (движения, позы) под различную музыку.
- ✓ Освоение танцевальных образов и сценического пространства через разучивание основных ходов, базовых движений, несложных комбинаций и танцевально-образных композиций.
- ✓ Отработка умения соединить движения и эмоции.
- ✓ Игры на внимание. Игры на развитие координации. Игры на развитие коммуникативных способностей. Игры-имитации. Подвижные игры.
- ✓ Танцевальные представления, праздники.

#### 4. Календарно-тематическое планирование (68 часов).

№ урока		Дата проведения занятия		Тема занятия	Кол-во часов	Виды деятельности	Примечание
год	четверть	план	факт				
<b>1 четверть – 17 часов.</b>							
1.	1.	02.09		Вводное занятие. Знакомство с понятием «танец».	1	Построение, приветствие обучающихся. Знакомство с хореографическим залом. Беседа на тему «Что такое танец? Значение музыки на занятиях. Правила техники безопасности. Форма одежды. Этические нормы поведения на занятиях, концертах». Ходьба свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях. Чередование ходьбы с приседанием со сгибанием коленей, на носках широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Коррекционная игра «Море волнуется...» на развитие быстроты реакции, внимания, координации. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
2.	2.	06.09		Ходьба в соответствии с метрической пульсацией.	1	Построение, приветствие обучающихся. Знакомство с хореографическим залом. Беседа на тему «Значение музыки на занятиях. Правила техники безопасности. Форма одежды. Этические нормы поведения на занятиях, концертах». Ходьба свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях. Чередование ходьбы с приседанием со сгибанием коленей, на носках широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Коррекционная игра «Море волнуется...» на развитие быстроты реакции, внимания, координации. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Виноватая тучка».	
3.	3.	09.09		Построение в колонны по три.	2	Построение, приветствие обучающихся. Расчет на первый-второй-третий для последующего построения в три колонны, шеренги. Построение в колонну по три. Изучение основные позиций рук и ног (позиции ног в танце №1, №2, №3, №4, №5, позиции рук в танцах №1, №2, №3, упражнение для рук «Пор де бра»). Коммуникативная игра на развитие сплоченности класса. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
4.	4.	13.09					
5.	5.	16.09		Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга.	2	Построение, приветствие обучающихся. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга. Изучение основные позиций рук и ног (позиции ног в танце №1, №2, №3, №4, №5, позиции рук в танцах №1, №2, №3, упражнение для рук «Пор де бра»). Коррекционное упражнение «Музыкальная игра «Угадай-ка» на восприятие отдельных звуков и музыкальных фраз. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию.	
6.	6.	20.09					

						Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
7.	7.	23.09		Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно.	2	Построение, приветствие обучающихся. Перестроения из одного круга в два, три. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре и обратно. Изучение основные позиций рук и ног (позиции ног в танце №1, №2, №3, №4, №5, позиции рук в танцах №1, №2, №3, упражнение для рук «Пор де бра»). Коррекционная игра «Море волнуется...» на развитие быстроты реакции, внимания, координации. Коммуникативная игра на развитие сплоченности класса. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
8.	8.	27.09					
9.	9.	30.09		Построение и перестроение в общий круг.	2	Построение, приветствие обучающихся. Соблюдение дистанции при перестроении в общий круг. Построение и перестроение в общий круг. Изучение основные позиций рук и ног (позиции ног в танце №1, №2, №3, №4, №5, позиции рук в танцах №1, №2, №3, упражнение для рук «Пор де бра»). Музыкальная игра «Угадай-ка» на восприятие отдельных звуков и музыкальных фраз. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
10.	10.	04.10					
11.	11.	07.10		Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны.	2	Построение, приветствие обучающихся. Изучение основных движений головой (круговые движения головы, наклоны вперед, в стороны, назад). Изучение основных позиций рук и ног (позиции ног в танце №1, №2, №3, №4, №5, позиции рук в танцах №1, №2, №3, упражнение для рук «Пор де бра»). Коррекционная игра «Море волнуется...» на развитие быстроты реакции, внимания, координации. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
12.	12.	11.10					
13.	13.	14.10		Движение рук в разных направлениях.	2	Построение, приветствие обучающихся. Отведение рук в сторону и скрещивание их перед собой. Отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Изучение основные позиций рук и ног (позиции ног в танце №1, №2, №3, №4, №5, позиции рук в танцах №1, №2, №3, упражнение для рук «Пор де бра»). Коммуникативная игра на развитие сплоченности класса. Музыкальная игра «Угадай-ка» на восприятие отдельных звуков и музыкальных фраз. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
14.	14.	18.10					
15.	15.	21.10		Повороты туловища в сочетании с наклонами.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнение поворотов туловища в сочетании с наклонами. Наклоны туловища вправо-влево, вперед-назад. Изучение основные позиций рук и ног (позиции ног в танце №1, №2, №3, №4, №5, позиции рук в танцах №1, №2, №3, упражнение для рук «Пор де бра»). Коррекционная игра «Море волнуется...» на развитие быстроты реакции, внимания, координации. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
16.	16.	25.10					

17.	17.	28.10		Приседания и возвращение в исходное положение.	1	Построение, приветствие обучающихся. Самостоятельное выполнение требуемых педагогом перемен направлений и темпа движений, руководствуясь музыкой. Приседания и возвращение в исходное положение. Изучение основные позиций рук и ног (позиции ног в танце №1, №2, №3, №4, №5, позиции рук в танцах №1, №2, №3, упражнение для рук «Пор де бра»). Коррекционная игра «Море волнуется...» на развитие быстроты реакции, внимания, координации. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
<b>2 четверть – 15 часов.</b>							
18.	1.	08.11		Приседания и возвращение в исходное положение.	1	Построение, приветствие обучающихся. Самостоятельное выполнение требуемых педагогом перемен направлений и темпа движений, руководствуясь музыкой. Приседания и возвращение в исходное положение. Упражнение на ориентировку в пространстве (определение право, лево, сзади, спереди). Задание на формирование бережного отношения к окружающей природе. Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
19.	2.	11.11		Поднимание на носках и полуприсяде.	2	Построение, приветствие обучающихся. Поднятие туловища на носки и опускание в положение полуприсед. Поднимание на носках. Упражнение на закрепление умений аплодировать на концерте. Игра с пением «Делай, как я». Отработка элементов танца «Танец мальчиков».	
20.	3.	15.11					
21.	4.	18.11		Круговые движения стопы.	2	Построение, приветствие обучающихся. Комплекс общеразвивающих упражнение на развитие подвижности стоп. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Упражнение на ориентировку в пространстве (определение право, лево, сзади, спереди). Задание на формирование бережного отношения к окружающей природе. Отработка элементов танца «Танец дикарей».	
22.	5.	22.11					
23.	6.	25.11		Приседания с одновременным выставлением ноги вперед, в сторону.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнение приседаний с одновременным выставлением ноги вперед, в сторону. Упражнение на закрепление умений аплодировать на концерте. Игра с пением «Делай, как я». Отработка элементов танца «Танец дикарей».	
24.	7.	29.11					
25.	8.	02.12		Перелезание через сцепленные руки, палку.	2	Построение, приветствие обучающихся. Ритмичное выполнение несложных движений руками и ногами. Перелезание через сцепленные руки, палку. Упражнение на ориентировку в пространстве (определение право, лево, сзади, спереди). Задание на формирование бережного отношения к окружающей природе. Отработка элементов танца «Танец дикарей».	
26.	9.	06.12					
27.	10.	09.12		Упражнения на формирование правильной осанки.	2	Построение, приветствие обучающихся. Комплекс специальных упражнений для формирования правильной осанки. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Упражнение на закрепление умений аплодировать на концерте. Игра с пением «Делай, как я». Отработка элементов танца «Танец дикарей».	
28.	11.	13.12					

29.	12.	16.12		Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.	2	Построение, приветствие обучающихся. Прослушивание музыкальной композиции и самостоятельная смена движений в соответствии со сменой частей музыкальных фаз. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением с резкой сменой темпа движения. Упражнение на ориентировку в пространстве (определение право, лево, сзади, спереди). Задание на формирование бережного отношения к окружающей природе. Отработка элементов танца «Танец дикарей».	
30.	13.	20.12					
31.	14.	23.12		Упражнения на сложную координацию движений с предметами.	2	Построение, приветствие обучающихся. Комплекс упражнений на координацию движений (Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмахом ноги) с предметами (флажки, мячи, обручи, скакалки). Повторять любой ритм, заданный учителем. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Упражнение на закрепление умений аплодировать на концерте. Игра с пением «Делай, как я». Отработка элементов танца «Танец дикарей».	
32.	15.	27.12					
<b>3 четверть – 20 часов.</b>							
33.	1.	10.01		Простые ритмичные упражнения.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнять упражнения в определенном ритме и темпе. Выполнять упражнения под музыку с постепенным ускорением с резкой сменой темпа движения. Упражнение на формирование умений сидеть спокойно на культурно-массовых мероприятиях. Подвижная танцевальная игра «Танцуй, шарик». Отработка элементов танца «Зима».	
34.	2.	13.01					
35.	3.	17.01		Шаг польки.	2	Построение, приветствие обучающихся. Изучение шага польки. Игра на развитие чувства ритма. Коммуникативная игра на <b>развитие сплоченности класса</b> . Задание на формирование бережного отношения к окружающей природе. Подвижная танцевальная игра «Музыкальный обруч». Отработка элементов танца «Зима».	
36.	4.	20.01					
37.	5.	24.01		Стойка на полупальцах.	2	Построение, приветствие обучающихся. Изучение упражнения «стойка на полупальцах». Выполнять упражнение по показу педагога и по словесной инструкции педагога. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Подвижная танцевальная игра «Танцуй, шарик». Отработка элементов танца «Зима».	
38.	6.	27.01					
39.	7.	31.01		Перенос тяжести тела.	2	Построение, приветствие обучающихся. Упражнения для формирования умения переносить тяжесть тела с ноги на ногу, из стороны в сторону (присесть на одну ногу, плавно приподнимаясь перекатиться на другую ногу). Выполнять задания после показа педагога и по словесной инструкции педагога. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Подвижная танцевальная игра	
40.	8.	03.02					

						«Музыкальный обруч». Отработка элементов танца «Защитники».	
41.	9.	07.02		Упражнения для кистей рук.	2	Построение, приветствие обучающихся. Повторять любой ритм, заданный учителем. Согласовывать движение рук с движениями ног, туловища, головы. Комплекс специальных упражнений для кистей рук. Игра на развитие чувства ритма. Коммуникативная игра на <b>развитие сплоченности класса</b> . Задание на формирование бережного отношения к окружающей природе. Подвижная танцевальная игра «Танцуй, шарик». Отработка элементов танца «Защитники».	
42.	10.	10.02					
43.	11.	14.02		Упражнения для кистей рук с барабанными палочками.	2	Построение, приветствие обучающихся. Постукивание барабанными палочками в такт музыки. Игра на развитие чувства ритма. Коммуникативная игра на <b>развитие сплоченности класса</b> . Задание на формирование бережного отношения к окружающей природе. Подвижная танцевальная игра «Танцуй, шарик». Отработка элементов танца «Защитники».	
44.	12.	17.02					
45.	13.	21.02		Использование гаммы на детском пианино.	2	Построение, приветствие обучающихся. Упражнение для формирования навыка начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Отстукивание простых ритмичных рисунков. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Подвижная танцевальная игра «Танцуй, шарик». Отработка элементов танца «Весенние цветочки».	
46.	14.	28.02					
47.	15.	03.03		Использование различных ритмов на барабане.	2	Построение, приветствие обучающихся. Соотносить темп движений с темпом музыкального произведения. Отстукивание простых, ритмичных рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет. Упражнение на формирование умений сидеть спокойно на культурно-массовых мероприятиях. Подвижная танцевальная игра «Музыкальный обруч». Отработка элементов танца «Весенние цветочки».	
48.	16.	07.03					
49.	17.	10.03		Шаг польки.	2	Построение, приветствие обучающихся. Изучение шага польки. Игра на развитие чувства ритма. Коммуникативная игра на <b>развитие сплоченности класса</b> . Задание на формирование бережного отношения к окружающей природе. Подвижная танцевальная игра «Танцуй, шарик». Отработка элементов танца «Весенние цветочки».	
50.	18.	14.03					
51.	19.	17.03		Шаг на носках.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнять пружинящий шаг (нога, опускаясь на пол, на всю ступню, слегка сгибается в колене и сразу, пружинно выпрямляясь, встает на носок). Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Упражнение на формирование умений сидеть спокойно на культурно-массовых мероприятиях. Подвижная танцевальная игра «Музыкальный обруч». Отработка элементов танца «Весенние цветочки».	
52.	20.	21.03					
<b>4 четверть – 16 часов.</b>							



53.	1.	04.04		Широкий и высокий бег.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнять «Галоп вперед», «лошадками». Шаг вперед одной ногой, другую подтягивают к ней сзади, затем снова шаг первой ногой и т.д., прыжок почти не делают. Упражнение на развитие восприятия - определение на слух источник звука. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Игра-имитация «Я – директор зоопарка». Отработка элементов танца «Школьный вальс».	
54.	2.	07.04					
55.	3.	11.04		Сильные подскоки, беговой галоп.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнять подскоки и быстрый бег (шаг вперед одной ногой, другую подтягивают к ней сзади, затем снова шаг первой ногой и т.д). Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Коммуникативная игра на <b>развитие сплоченности класса</b> . Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Школьный вальс».	
56.	4.	14.04					
57.	5.	18.04		Элементы русской пляски. Движения парами.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнять «легкие подскоки» (нога слегка выносится вперед, движение скользящие, почти без вертикального отскока от пола, в основном работает стопа). Упражнение на развитие восприятия - определение на слух источник звука. Игра-имитация «Я – директор зоопарка». Отработка элементов танца «Школьный вальс».	
58.	6.	21.04					
59.	7.	25.04		Основные движения народных танцев.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнять плясовые движения. Передавать в игровых и плясовых движениях различные мелодии- напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость. Коммуникативная игра на <b>развитие сплоченности класса</b> . Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Школьный вальс».	
60.	8.	28.04					
61.	9.	02.05		Передача в движениях частей музыкального произведения чередованием музыкальных фраз.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистром. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Коммуникативная игра на <b>развитие сплоченности класса</b> . Игра-имитация «Я – директор зоопарка». Отработка элементов танца «Школьный вальс».	
62.	10.	05.05					
63.	11.	12.05		Передача в движении диагностического настроения в музыке сильной доли такта.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнение игровых движения под музыку. Повторять любой ритм, заданный учителем. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Упражнение на развитие восприятия - определение на слух источник звука. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Игра-имитация «Я – директор зоопарка». Отработка элементов танца «Школьный вальс».	
64.	12.	16.05					
65.	13.	19.05		Упражнения в передаче игровых образов.	2	Построение, приветствие обучающихся. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Музыкальные игры с предметами.	
66.	14.	23.05					

						Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Коммуникативная игра на <b>развитие сплоченности класса</b> . Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Игра-имитация «Я – директор зоопарка». Отработка элементов танца «Школьный вальс».	
67.	15.	26.05		Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	2	Построение, приветствие обучающихся. Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя. Игры с пением и речевым сопровождением. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Упражнение на развитие восприятия - определение на слух источник звука. Упражнение на закрепление умения понимать и выполнять инструкцию к учебному заданию. Отработка элементов танца «Школьный вальс».	
68.	16.	30.05					