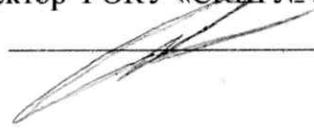


Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области
«Специальная (коррекционная) школа № 33 г. Братска»

РАССМОТРЕНО
на заседании МО учителей
протокол № 1 от 30.08.2021

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР
 Ю.В. Вайтеховская

УТВЕРЖДАЮ
директор ГОКУ «СКШ № 33 г. Братска»
 А.В. Иванов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности «Хореография»
для 2 «А» класса
АООП вариант 1
(срок освоения 1 год)

2021 год

Составила: учитель Лукашенко Л.М.

СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

1. Пояснительная записка.....	3
2. Общая характеристика курса	3
3. Описание места курса в учебном плане.....	4
4. Личностные и предметные результаты освоения курса.....	4
5. Содержание курса.....	5
6. Тематическое планирование.....	6
7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.....	9

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Хореография» разработана на основе следующих документов:

- 1.Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- 2.Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Утвержден приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1599)
- 3.Адаптированная основная общеобразовательная программа (вариант - 1) для детей с интеллектуальными нарушениями ГОКУ «СКШ № 33 г. Братска».
4. Учебный план ГОКУ «СКШ №33 г. Братска». Приказ № 260 от 01.09.2021 г.
- 5.План внеурочной деятельности ГОКУ «СКШ № 33 г. Братска».

Цель – коррекция и развитие психомоторных способностей обучающихся с ограниченными возможностями здоров

Задачи:

- сформировать практические умения и навыки;
- научить работать в группе и индивидуально;
- дать определенные теоретические знания;
- формировать нравственную культуру и стремление к здоровому образу жизни;
- воспитать чувство ответственности и дисциплину;
- формировать ведущие положительные качества личности, конструктивного взаимодействия в обществе.
- формировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению.
- укрепить здоровье и развивать накопленные двигательные навыки;
- развивать память, мышление, воображение, слух, чувство ритма;
- формировать правильную осанку;
- повышать работоспособность и двигательную активность.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Много веков человечество передавало накопленные знания и умения последующему поколению, обеспечивая процесс общественной мысли. Песни, танцы, обряды, сказки, давали людям эстетическое наслаждение, определенный объем жизненно необходимой информации. Танец, как естественное общественное явление, можно считать наиболее доступным и эффективным средством физического и психического развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике и хореографии, способствуют приобщению детей к музыке, исправляют недостатки общей и речевой моторики, расширяют кругозор учащихся, их социально-бытовые ориентировки, корректируют познавательные психические функции (восприятие, память, внимание, мышление, воображение), воспитывают положительные качества личности (дружелюбие, коллективизм, дисциплинированность), активизируют творческие способности, способствуют эстетическому воспитанию.

3. ОПИСАНИЕ МЕСТА КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс внеурочной деятельности «Хореография» относится к спортивно-оздоровительному направлению. Программа рассчитана на 64 часа в год (2 часа в неделю).

4. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Личностные результаты	Предметные результаты	
	Минимальный уровень	Достаточный уровень
<ul style="list-style-type: none"> • владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия; • сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных жизненных ситуациях; • проявление готовности к самостоятельной жизни. 	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать правила поведения в танцевальном зале; • исполнять разученные движения и комбинации; • ориентироваться в пространстве; • координировать движения; • исполнить танцевальную постановку. 	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать правила поведения в танцевальном зале; • исполнять разученные движения и комбинации; • ориентироваться в пространстве; • координировать движения; • исполнить танцевальную постановку.

5. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Упражнения на ориентировку в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.

Перестроение в круг из шеренги, цепочки.

Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Ритмико-гимнастические упражнения .

Общеразвивающие упражнения

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).

Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч).

Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений

Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх.

Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д.

Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц

Имитация отряхивания воды с пальцев.

Свободное круговое движение рук.

Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.).

Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.

Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.

Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах.

Прямой галоп. Маховые движения рук.

Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком).

Притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.

Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.

Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Основные виды деятельности обучающихся	Кол-во часов	Дата
1-2	Правильное исходное положение	Правильное исходное положение.	2	03.09 07.09
3-4	Ходьба и бег	Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка.	2	10.09 14.09
5-6	Перестроение в круг из шеренги, цепочки	Построение в круг из шеренги, цепочки.	2	17.09 21.09
7-8	Ориентировка в направлении	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	2	24.09 28.09
9-10	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	2	01.10 05.10
11-12	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые	Выполнение наклонов, выпрямление и повороты головы, круговые	2	08.10 12.10

	движения плечами («паровозики»)	движения плечами («паровозики»)		
13-14	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты)	2	15.10 19.10
15-16	Наклоны и повороты туловища	Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку)	1	22.10
17-18	Приседания с опорой и без опоры, с предметами	Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч)	1	09.11 12.11
19-20	Упражнения для ног	Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы	2	16.11 19.11
21-22	Упражнения на выработку осанки	Упражнения на выработку осанки	2	23.11 26.11
23-24	Упражнения для рук	Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх	2	30.11 03.12
25-26	Комбинация упражнений	Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д.	2	07.12 10.12
27-28	Изучение позиций рук	Смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом	2	14.12 17.12
29-30	Ритмический рисунок	Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков	2	21.12 24.12
31-34	Упражнения на расслабление мышц	Имитация отряхивания воды с пальцев .Свободное круговое движение рук . Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую	4	11.01 14.01 18.01 21.01
35-36	Игры под музыку	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами	2	25.01 28.01

		(высокий, низкий)		
37-38	Музыкальные игры	Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.)	2	01.02 04.02
39-40	Игра - имитация	Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки	2	08.02 11.02
41-42	Игры под музыку	Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке	2	15.02 18.02
43-44	Музыкальные игры	Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением	2	22.02 25.02
45-46	Знакомство с танцевальными движениями	Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук	2	01.03 04.03
47-52	Элементы танца «Веселые ребята»	Разучивание танцевальных элементов	6	11.03 15.03 18.03 29.03 01.04 05.04
53-60	Танец «Веселые ребята»	Рисунок танца. Постановка	8	08.04 12.04 15.04 19.04 22.04 26.04 29.04 06.05

61-63	Игры под музыку. Танец «Веселые ребята»	Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Репетиционная работа	3	13.05 17.05 20.05
64	«Танцевальный калейдоскоп»	Танцевально-игровая программа	1	24.05

7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Антонова Л.Ю. Новые направления в ритмике и их место в структуре современного урока в коррекционной школе VIII вида. Методические рекомендации для учителей ритмики, хореографии и танца коррекционных школ VII-VIII вида., г.Славянск-на-Кубани, 2010.
- Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры.- М., 1993 .
- Васильева Т.К. Секрет танца. – С-П., 1997.
- Карташова Н.Н. «Воспитание танцем». – М., «Искусство». 1972 .
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования / Министерство образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2010.