****

 **Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы**

 **Пояснительная записка.**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» составлена на основе:

Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Программа по хореографии школы-интерната для слепых и слабовидящих детей соответствуют программам общеобразовательной массовой школы по содержанию изучаемого материала. Программа рассчитана на детей с ограниченными возможностями здоровья в возрасте 8-17 лет.

Концепцией развития дополнительного образования детей № 1726-р от 4.09.2014 года, «Приемных требованиях к программам дополнительного образования детей» от 11.12.2006 года №06- 1844, приказом Министерства образования и науки РФ «об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 29.08.2013 года №1008,СанПин от 04.07.2014 года №41.

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10.2009г. № 373 (с изменениями от 26.11.2010г. № 1241, от 22.09.2011г. № 2357, от 18.12.2012г. № 1060, от 29.12.2014г. №1643, от 31.12.2015г. № 1576);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ « Об утверждении Сан- ПиН 2.4.2.3286-15 Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» от 10.07.2015 №26 ( вместе с СанПиН 2.4.3286-15. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 № 38528); Концепция духовно нравственного развития и воспитания личности гражданина;

Искусство хореографии - явление общечеловеческое, имеющее многовековую историю развития. В основе его происхождения лежит неопределимое стремление человека к ритмичному движению, потребность выразить свои эмоции, средствами пластики, гармонично связывая движение и музыку.

Хореография, являлась одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусства: музыкального и театрального, декоративно- прикладного и художественного творчества.

Изучение хореографии, как и у других видов искусства, помогают развить те стороны личности потенциала учащегося, на которые содержание других предметов имеет ограниченное влияние: воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Как и другие виды искусства, танец развивает эстетический вкус, оказывает существенное влияние на физическое развитие ребенка.

**Направленность программы -** адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» художественной направленности. Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и школьной педагогики незрячих и слабовидящих детей.

**Актуальность программы**состоит в том, что она позволяет обучить искусству танца детей - инвалидов по зрению и может одновременно проводить на основе дифференцированного подхода коррекцию вторичных отклонений: имеющих умственную отсталость, заболевания – симптоматическая эпилепсия, нервное расстройство с врожденными недостатками опорно-двигательной системы, нарушения в работе центральной нервной системы,как вследствие нарушений внутриутробного развития, послеродовых травм, связанных с нарушением зрительных функций.

Обучающиеся получают социальный опыт творческой деятельности, приобщаются к общечеловеческим и культурным ценностям

Азбука хореографии" для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" художественной направленности, ознакомительного уровня реализации предназначена для обучающихся с особыми образовательными потребностями. Это дети в возрасте от 7 до 18 лет, имеющие ограничение возможностей здоровья.

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. Музыке 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–инвалидам и детям с ограниченными возможностями здоровья.

Ритмика является начальной ступенью танца. Ритмика – это разнообразные движения под музыкальное сопровождение. Занятия ритмикой развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.)

Ритмика развивает в ребенке, в первую очередь, хорошее владение собственным телом, что является одной из приоритетных задач для детей с ОВЗ.

Программа предназначена для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.

Реализация мероприятий по социальной адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья предполагает обеспечение участия всех детей этой категории, независимо от степени выраженности нарушений развития, вместе с нормально развивающимися детьми в воспитательных, культурно-развлекательных мероприятиях, конкурсах, выступлениях, концертах, фестивалях и т.п.

Программа для детей с ограниченными возможностями здоровья может предусматривать больше времени для освоения учебного материала. Сложность и объем учебного материала могут быть откорректированы с учётом особенностей и потребностей обучающихся уменьшены и облегчены. Дети от достаточно простых задач постепенно будут переходить к более сложным, систематически повторяя и закрепляя учебный материал, приобретенные навыки и умения.

**Психолого-педагогическая характеристика слабовидящих обучающихся.**

В состав группы детей, занимающейся хореографией, в школе-интернате входят дети, острота зрения, которых находится в диапазоне от 0 (0%) до 0,04 (4%) на лучше видящем глазу с коррекцией очками. А также, дети с более высокой остротой зрения (вплоть до 1, т.е. 100%), у которых границы поля зрения сужены до 10 – 15 градусов или до точки фиксации. Такие дети являются практически слепыми, так как в познавательной и ориентировочной деятельности они весьма ограниченно могут использовать зрение.

Глубина и характер поражений зрительного анализатора сказываются на развитии всей сенсорной системы, определяют ведущий путь познания окружающего мира, точность и полноту восприятия образов внешнего мира.

Нарушениями зрения у этих детей вызваны вторичные функциональные отклонения (сужение поля зрения, сужение остроты зрения и т.д.), которые отрицательно сказываются на развитии ряда психических процессов: ощущении, восприятии, представлении и т.д.

Из-за того, что ребенок осознает свой дефект как ненормальность, у него возникает ряд особенностей, которые препятствуют нормальному развитию коллективного общения и взаимодействия этого ребенка с окружающими его людьми. Выпадение из коллектива или затруднение социального развития, в свою очередь, обеспечивает недоразвитие высших психических функций, которые при нормальном процессе развития возникают непосредственно с развитием коллективной деятельности ребенка.

Нарушение социальных контактов приводит к отклонениям в формировании личности слепого и может вызвать появление негативных характерологических особенностей. Таких как, изменения в динамике потребностей, связанные с затруднением их удовлетворения; сужение круга интересов, обусловленное ограничениями в сфере чувственного отражения; редуцированность способностей к видам деятельности, требующим визуального контроля; отсутствие или резкая ограниченность внешнего проявления внутренних состояний.

У данных слепых и слабовидящих детей снижена двигательная активность, нарушена координация, точность, объема движений, нарушено сочетание движений глаз, головы, тела, рук и др.

Компенсация пробелов в чувственном опыте возможна только при активном включении сохранных органов чувств, существенная роль, в деятельности которых принадлежит вниманию.

Сокращение количества внешних воздействий, обусловленное полным или частичным выпадением зрительных ощущений и восприятия, препятствует развитию внимания, сокращая круг объектов, которые при восприятии вызывают непосредственный интерес. Это отрицательно сказывается на объёме, устойчивости, концентрации и других свойствах внимания.

В тоже время, однообразие слуховых раздражителей быстро утомляет слепого и ведёт к рассеиванию внимания. На основе словесных объяснений, подкрепляемых доступными для слепых чувственными данными, лица с глубокими нарушениями зрения получают представления о многих недоступных для их восприятия предметах и явлениях действительности.

Компенсаторная функция речи выступает во всех видах психической деятельности слепых: в процессе восприятия (слово направляет и уточняет его), при формировании представлений и образов воображения, в ходе усвоения понятий и т.д. Огромное значение имеет речь для формирования личности слепого в целом. Благодаря речи слепые контактируют с окружающими людьми, ориентируются в обществе.

Компенсация и коррекция в ходе занятий хореографией для слепых и слабовидящих детей осуществляются посредством целой системы форм, способов и методов педагогического и психологического воздействия. При своевременной коррекционной работе слепые и слабовидящие приобретают необходимый запас представлений, обеспечивающий нормальную ориентацию в окружающей среде.

С учетом выше изложенного собрана полная информация о детях, динамике их развития. Изучен уровень обучаемости детей, проанализированы личностные особенности. Все эти сведения направлены на создание условий необходимых для лучшего усвоения программного хореографического материала.

Программа строится с учетом:

* зрительного заболевания;
* особенностей психического развития;
* типологических индивидуальных различий;
* уровня обучаемости.

Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей-инвалидов по зрению, детей с ограниченными возможностями здоровья школьного возраста, используются все возможные коррекционно-развивающие приемы обучения.

**Цель**— сохранить и укрепить здоровье детей, провести коррекцию вторичных недостатков в развитии детей с ограниченными возможностями здоровья по зрению. Обеспечить системный подход в создании условий для развития слепых и слабовидящих детей. Обеспечить разностороннее развитие детей - с учетом возрастных, индивидуальных возможностей по основным направлениям - физическому и художественно-эстетическому. Формирование первоначальных навыков ритмических и танцевальных движений, развитие музыкальных и творческих способностей детей, детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, воспитание самостоятельной, уверенной в своих силах личности посредствам ритмики и танца, укрепление здоровья, социализация детей, улучшение межличностного общения.

При изучении курса хореографии решаются следующие **:**

**Общеобразовательные:**

- обучить основным танцевальным направлениям данной программы (классический танец, джаз-модерн танец, народный танец);

-сформировать двигательные умения и навыки.

**Коррекционно-развивающие:**

- развить координацию движения, мышечную, слуховую и зрительную память;

- развить чувства темпа и ритма, эмоциональность и позитивное самоощущение;

- скорректировать и компенсировать вторичные отклонения в развитии;

-развить умение передавать через движение, танец характер музыки, ее эмоционально-образное содержание, используя мимику.

**Воспитательные:**

- воспитать ценностное отношение к Человеку, Здоровью и здоровому образу жизни, Спорту и Хореографии, Родине, Познанию, Красоте;

- способствовать социальной адаптации и интеграции в общество

- воспитать культуру личности обучающегося средствами хореографического искусства.

.

**Формы организации деятельности:**

Основной формой организации занятий является обучение детей в группе. В группах обучаются дети с разными психофизическими особенностями.

Группы формируются по возрастам:

• младшие группы – дети 7-9 лет;

• средние группы – дети 9-11 лет;

• старшие группы – подростки 11-18 лет.

**Традиционно повторяющиеся элементы занятия:**

1. Вход в зал

2. Построение вдоль станка

3. Поклон педагогу

4. Марш и бег по кругу (разогрев)

5. Упражнения у станка

6. Упражнения на середине

7. Разучивание или отработка элементов танцевальных номеров

8. Построение у станка

9. Поклон педагогу

10. Выход из зала

**Содержание учебного плана**

Технический процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

• начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);

• этап углубленного разучивания упражнения;

• этап закрепления и совершенствования упражнения.

Структура занятий зависит от целей конкретного занятия и его места в учебном курсе:

1. Обучающие занятия: детально разбирается движение. Раскладка и разучивание упражнений в медленном темпе. Объяснение приема его исполнения. На занятии может быть введено не более 3-4 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия: повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия: обучающиеся практически самостоятельно, без подсказки, выполняют все заученные ими движения и танцевальные комбинации, демонстрируют знания и владение основной терминологией

. Зачетные мероприятия.

Изучение танцевальных номеров. Умение импровизировать. Показательные выступления и концерты. Открытые уроки для родителей

**Календарно-тематический план для учащихся 2 классов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Тема занятия** | **Кол-во часов**  | **Форма проведения занятия** |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 1 час. | Урок-репетиция(групповая) |
| 2. | Характер музыки (веселый, грустный); темп ( медленный, быстрый) | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 3. | Поклон классического танца. Позиции ног( первая, вторая, третья) | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 4. | Растяжка: достать руками до пальчиков ног; шпагат, «лягушка» | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 5. | Жанров музыки ( марш, песня, танец) | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 6. | Позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья) | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 7. | Упражнения на развитие гибкости « корзиночка», «лодочка», «мостик» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 8. | Вращение на месте, по точкам | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 9. | Разучивание движений хореографического номера «Новогодний танец» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 10. | Движения на развитие координации. Бег и подскоки | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 11. | Движения по линии танца | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 12. | Разминка, растяжка | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 13. | Разучивание движений хореографического номера | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 14 | Разучивание движений хореографического номера «Новогодний танец» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 15. | Отработка движений хореографического номера « Новогодний танец» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 16. |  Упражнение на развитие гибкости  | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 17. | Импровизация | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 18. | Разучивание движений хореографического номера «23 февраля» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 19. | Упражнение на расслабление мышц тела | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 20. | Разучивание движений хореографического номера «23 февраля» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 21. | Разучивание движений хореографического номера «23 февраля» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 22. | Отработка движений хореографического номера «23 февраля» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 23. | Показ танца «23 февраля» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 24. | Общеразвивающие упражнения для мышц | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 25. | Наклоны: стоя вперёд, в сторону, назад (на одной ноге или на двух), на коленях вперёд, в сторону, назад | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 26. | Упражнения на развитие эмоциональности, закрепощенности | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 27. | Повороты на месте по точкам зала | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 28. | Подвижные игры | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 29. | Позиции ног 1,2,3,4,5,6 | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 30. | Прыжки по всем позициям | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 31. | Упражнения для гибкости позвоночника | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 32. | Разучивание движений хореографического номера «Лето» | 1 час | урок-репетиция(групповая) |
| 33. | Разминка, растяжка на полу Разучивание движений хореографического номера «Лето» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 34. | **Зачетное занятие** | 1 час. |  |
|  |  | **34 часа**  |  |

**Календарно-тематический план для учащихся 3 классов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Форма проведения** |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 2. | Ритмические исполнения. Хлопки, притопы | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 3. | Наклоны | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 4. |  Музыкальный размер. Правая и левая сторона | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 5. | Поклон. Позиции ног | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 6. | Позиции рук,подготовительноеположение | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 7. |  Танцевальная музыка. (марш полька, вальс) | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 8. | Plie во всех позициях ног. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 9. |  Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, змейка, воротца | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 10. | Хлопки в ладоши | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 11. | Танцевальный шаг, переменный шаг | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 12. | Элементы партерной гимнастики | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 13. | Припадание на месте. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 14 | Современные эстрадныедвижения. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 15. | Музыкальные игры.Упражнения на дыхание. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 16. | Современные эстрадныедвижения. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 17. | Ритмическая гимнастика. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 18. | Современный детскийтанец. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 19. | Понятие о рабочей иопорной ноге. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 20. | Растяжка. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 21. | Шахматный порядок.Движения плечами, руками. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 22. | Понятие пантомима,мимика, жесты. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 23. |  Упражнения для развитияправильной осанки. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 24. | Demi-plié u grand-plié | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 25. | Battement tendu | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 26. | Battement tendu jets | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 27. | Battement tendu jets | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 28. | Grand battements jets | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 29. | Grand battements jets | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 30. | Grand battements jets | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 31. | Grand battements jets | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 32. | Rond de jambe par terre | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 33. | Battements fondus в сторону,вперед, назад носок в пол | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 34. | Battements fondus в сторону,вперед, назад носок в пол | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 35. | Ковырялочка с притопом | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 36. | Припадание на месте,вперед, назад. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 37. | Вращение – бег на месте | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 38. | Упражнения для развитияплавности и мягкостидвижений. Пластичнаягимнастика | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 39. | Синхронность и координация движений,используя танцевальныеупражнения | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 40. | Ритмическая гимнастика | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 41. | Игры на развитиеактерского мастерства | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 42. |  Элементы современных танцев. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 43. | Современные эстрадныедвижения. | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 44. | Растяжка | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 45. | «Гармошка», «Елочка» | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 46. | Выучить движение «Веревочка». | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 47. | Выучить полуприседания и глубокие приседания. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 48. | Выучить комбинации с подъемом на полупальцы. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 49. | Выучить все положения сюр ле кудепье. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 50. | Научить правильно прыгать прыжки с прямыми ногами. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 51. | Разучить различные комбинации с ритмическим рисунком | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 52. | Выучить простые присядки. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 53. | Выучить припадания по 5-ой позиции в сторону и вокруг себя. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 54. | Выучить боковое припадание с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 55. | Научить прохлопывать, выстукивать ритм. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 56. | Быстрой русский бег с продвижением в перёд и назад | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 57. | Движение плеч и корпуса: подъемплеч в разном темпе и характере. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 58. | Движение головы: поворот направо – налево, в разном характере, вверх вниз с различной амплитудой,наклон вправо – влево с различнойамплитудой | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 59. | Упражнения на ориентировку впространстве.Различие правой, левой ноги, руки,плеч. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 60. | Перестроение и с колонны в шеренгу и обратно. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 61. | Танцевальные этюды и танцыпостроенные на танцевальном шаге в разном характере и ритме. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 62. | ЭлементыКлассического танца | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 63. | Прыжки, бег, подскоки, галопы (выполняем на месте, с продвижением и с перестроениемрисунка) | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 64. | Построение в колонну по одному, по два, в пары. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 65. | Круг, сужение и расширениекруга. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 66. | Упражнения на ориентировку впространстве. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 67. | Положение рук в танцах. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 68. | **Зачетное занятие** | 1 час. |  |
|  |  | **68 часов** |  |

**Календарно-тематический план для учащихся 4,4д классов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Тема занятия** | **Кол-во часов**  | **Форма проведения занятия** |
| 1. | Вводное занятие.Инструктаж по технике безопасности. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 2. | Понятие о такте и затакте.Затактовые построения. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 3. | Пунктирный ритм. | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 4. | Скольжение стопой по полу сBettements tendus«носок – каблук» с полуприседаниемпо всем направлениям | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 5. | Маленькие броски(Bettementstendusjetes) по всемнаправлениям 1, 3,5 поз. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 6. | Маленькие броскис полуприседаниемна опорные ноги | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 7. | Маленькие броскис коротким ударомпо полу носкомили ребромкаблукаработающей ноги | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 8. | Bettementsdeveloppes на 90°вперед, в сторону иназад, навытянутой ноге иполуприседании | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 9. | Подготовка к«веревочке»,скольжение ногипо опорной (2/4,4/4) в открытомположении на всей стопе | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 10. | Подготовка к «веревочке», вОткрытом положении сПроскальзыванием по полу на опорноноге, на всей стопеи на полупальцах | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 11. | Присядка «мячик»,лицом к станку | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 12. | Поочередноераскрывание и закрывание рук | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 13. | Бытовой шаг спритопом | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 14 | Шаркающий шаг | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 15. | Переменный шаг(вперед, назад) | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 16. | МоталочкаА) задеванием полакаблукомВ) с акцентом навсю стопуС) с задеваниемпола полупальцев | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 17. | Быстрый русскийбег спродвижениемвперед и назад | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 18. | «Ключ» - сдвойной дробью | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 19. | Двойная дробь наместе, с поворотоми с продвижениемвперед | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 20. | Дробь в «триножки» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 21. | Движения с приседанием, кружение с продвижением; о.Элементы русскойпляски:с приседанием,полуприседание свыставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 22. | Хлопки ихлопушки (для мальчиков) Удары голенищесапога и зада спродвижениемвперед, назад, в | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 23. |  Фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога,по груди, по полу , по голенищусапога спереди крест – накрест | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 24. | Разминка, гимнастика | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 25. | Вальс (разучить вальсовуюдорожку вперед, назад, балансе,«па» вальса с вращением поодному) | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 26. | Вращения, повороты | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 27. | Прыжки | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 28. | Растяжка | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 29. | Партерная гимнастика | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 30. | Понятие дистанция,изменение направлениядвижений | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 31. | Повторение вращения, повороты | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 32. | Отработка построений:линия, шахматы, диагональ,круг | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 33. | Demi-plie u grand-plie | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 34. | Battement tendu | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 35. | Battement tendu jets | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 36. | Battement tendu jets | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 37. | Battement soutenu | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 38. | Battement soutenu | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 39. | Rond de jambe par terre | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 40. | Rond de jambe par terre | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 41. | Rond de jambe en l’air | 1 час. | урок-репетиция (групповая) |
| 42. |  Rond de jambe en l’air | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 43. | Flic-flac | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 44. | Flic-flac | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 45. | Échappé | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 46. | Échappé | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 47. | «Веревочка» спереступанием | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 48. | «Веревочка» спристукиванием | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 49. | «Моталочка» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 50. | «Моталочка» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 51. | Дробные в «три листика» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 52. | Вращение на полупальцах спродвижением подиагонали | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 53. | Вращение по диагонали наподскоках | 1 час | урок-репетиция(групповая) |
| 54. | Акробатика «Мост» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 55. | Отработка танцевальныхдвижений | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 56. | Ритмическая гимнастика | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 57. | Постановка танцевальныхдвижений | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 58. | Отработка танцевальныхдвижений | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 59. | Маленькие броскис полуприседаниемна опорные ноги | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 60. | Переводы рук из первой позиции в третью | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 61. | Комбинация на различное сочетание переводов рук изположения в положение | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 62. | Правильность исполнения движений, комбинаций | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 63. | Пластичные движения рук. Упражнения на пластику телана середине зала | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 64. | Пластика движения поворотов головы. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 65. | Пластика движения поворотов головы | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 66. | Работа кистью руки, работа рук в локтевом суставе.Сгибание и разгибание рук в локте | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 67. | Вращательные упражнения рук в локтевом суставе | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 68. | Скрепление рук в замок за спиной. Наклон вперѐд соскрепленными руками за спиной | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 69. | Тающее приседание в Demi plie. Приседание в Demi plie свыносом ноги в сторону | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 70. | Круговые движения стопой. Сгибание и разгибаниестопы. Сокращение и вытягивание стопы | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 71. | Сгибание ног в колене поочерѐдно. Сгибание ног вколенях и подтягивание ног к груди | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 72. | Согнутые ноги положить на пол вправо влево, руки стоятна полу спина прямая | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 73. | Махи прямыми ногами, правой левой | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 74. | Поднимание прямых ног на 90 градусов, держаниепрямого угла. Наклоны к прямым ногам | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 75. | Поднимание туловища, наверх, держась руками за пол,ноги прямые | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 76. | «Велосипед», сидя руки, опираются на пол. «Лягушка» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 77. | Группировка обхват коленей руками. Стоя на коленяхмахи ногами назад | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 78. | Упражнения на расслабление, стоя на середине зала. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 79. | Массовые танцы | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 80. | Массовые танцы | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 81. | Танцевальные композиции | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 82. | Танцевальные композиции | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 83. | Музыкально – танцевальные игры | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 84. | Упражнение на растяжку | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 85. | Движения ритмическое эхо | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 86. | Комплекс упражнений для пресса | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 87. | Упражнения для эластичности ног голени  | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 88. | Упражнение для тазобедренного сустава | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 89. | Разминочный комплекс для выносливости  | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 90. | Упражнение на ориентацию в пространстве | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 91. | Упражнение на растяжку | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 92. | Дробь трилистник  | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 93. | Движение подбивка | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 94. | Движение «маталочка», «веревочка» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 95. | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 96. | Движение маталочка, ковырялочка в повторе | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 97. | Импровизация в парах | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 98. | Подвижные игры | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 99. | Общеразвивающие упражнения | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 100. | Упражнения для гибкости позвоночника | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 101. | Разминка | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 102. | Зачетное занятие | 1 час. |  |
|  |  | **102часа**  |  |

**Календарно-тематический план для учащихся 5,6,7 классов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Тема занятия** | **Кол-во часов)** | **Форма проведения занятия** |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 2. | Изучение поклона. Изучение марша и различных маршировок по кругу. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 3. | Упражнения для спины. | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 4. | Основы классического танца. Позиции рук. | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 5. | Основы классического танца. Позиции ног. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 6. | Изучение подскоков игалопов. По кругу и через центр. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 7. | Основы народно-сценического танца. Позиции рук. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 8. | Повторение и закрепление ранее изученного. | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 9. | Фигурная маршировка. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 10. | Упражнения для гибкости. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 11. | Основы детского танца. «Прятки» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 12. | Основы классического танца. Комбинации demi plie. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 13. | Партерный экзерсис. Упражнения на растяжку. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 14 | Основы народно-сценического танца. Ходы по кругу. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 15. | Изучение движений танца. Отработка элементов под счет. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 16. | Повторение танцев к новогоднему празднику. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 17. | Основы народно-сценического танца. Изучение позиций рук русского танца. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 18. | Партерный экзерсис. Упражнения на растяжку. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 19. | Основы бального танца для новогоднего бала. Полонез | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 20. | Основы классического танца.  Комбинации на середине. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 21. | Фигурная маршировка: сведение и разведение круга. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 22. | Ритмические движения. Движения на развитие координации. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 23. | Ритмические движения. Движения на развитие координации. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 24. | Повороты направо и налево по квадрату (четыре стороны зала). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 25. | Умение чувствовать темп музыки Повторение танцев к новогоднему празднику. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 26. | Классический экзерсис. Выработка осанки.  | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 27. | Повторение и закрепление  ранее изученного. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 28. | Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 29. | Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 30. | Партерный экзерсис. Упражнения на гибкость и выворотность. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 31. | Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 32. | Повторение и закрепление ранее изученного. | 1 час | урок-репетиция(групповая) |
| 33. | Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 34. | Основы классического танца. Упражнения на развитие устойчивости. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 35. | Ритмические движения. Движения на развитие координации. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 36. | Ритмические движения. Движения на развитие координации. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 37. | Повороты направо и налево по квадрату (четыре стороны зала). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 38. | Сильная и слабая доли, размер музыкальный. Построение в шеренгу, в колонну, в круг. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 39. | Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 40. |  Подготовительная работа над народным станком. Элементы кавказского танца. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 41. | Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 42. | Основы современного танца. Движения в паре. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 43. | Повторение и закрепление  ранее изученного. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 44. | Основы современного танца. Прыжковые комбинации, различные виды прыжков. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 45. | Партерный экзерсис. Упражнения на гибкость и выворотность. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 46. | Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 47. | Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 48. | Основы современного танца. Движения в паре. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 49. | Партерный экзерсис. Упражнения на гибкость и выворотность. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 50. | Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 51. | Повторение и закрепление ранее изученного. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 52. | Классический экзерсис. Упражнения на развитие устойчивости. Грамотное исполнение движений в танце. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 53. | Коллективно-порядковые упражнения. Построение в шеренгу, в колонну, в круг.  Использование фигур в танцах. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 54. | Подготовительная работа над народным станком. Элементы кавказского танца. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 55. | Сильная и слабая доли, размер музыкальный. Построение в шеренгу, в колонну, в круг. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 56. | Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 57. | Классический экзерсис. Упражнения на развитие устойчивости. Грамотное исполнение движений в танце. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 58. | Основы современного танца. Движения в паре. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 59. | Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 60. | Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 61. | Основы современного танца. Прыжковые комбинации, различные виды прыжков. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 62. | Классический экзерсис. Упражнения на развитие устойчивости. Грамотное исполнение движений в танце. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 63. | Отработка сольных партий   для номеров к концерту. Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 64. | Основы современного танца. Прыжковые комбинации, различные виды прыжков. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 65. | Основы классического танца. Упражнения на развитие устойчивости. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 66. | Ритмические движения. Движения на развитие координации. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 67. | Ритмические движения. Движения на развитие координации. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 68. | **Зачетное занятие** | 1 час. |  |
|  |  | **68 часов** |  |

**Календарно-тематический план для учащихся 8,10,12 классов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Тема занятия** | **Кол-во часов)** | **Форма проведения занятия** |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 2. | Изучение поклона. Изучение марша и различных маршировок по кругу. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 3. | Упражнения для спины. | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 4. | Основы классического танца. Позиции рук. | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 5. | Основы классического танца. Позиции ног. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 6. | Изучение подскоков и галопов. По кругу и через центр. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 7. | Основы народно-сценического танца. Позиции рук. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 8. | Повторение и закрепление ранее изученного. | 1час | урок-репетиция(групповая) |
| 9. | Фигурная маршировка. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 10. | Упражнения для гибкости. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 11. | Основы детского танца. «Прятки» | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 12. | Основы классического танца. Комбинации demi plie. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 13. | Партерный экзерсис. Упражнения на растяжку. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 14 | Основы народно-сценического танца. Ходы по кругу. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 15. | Изучение движений танца. Отработка элементов под счет. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 16. | Повторение танцев к новогоднему празднику. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 17. | Основы народно-сценического танца. Изучение позиций рук русского танца. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 18. | Партерный экзерсис. Упражнения на растяжку. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 19. | Основы бального танца для новогоднего бала. Полонез | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 20. | Основы классического танца.  Комбинации на середине. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 21. | Фигурная маршировка: сведение и разведение круга. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 22. | Ритмические движения. Движения на развитие координации. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 23. | Ритмические движения. Движения на развитие координации. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 24. | Повороты направо и налево по квадрату (четыре стороны зала). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 25. | Умение чувствовать темп музыки Повторение танцев к новогоднему празднику. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 26. | Классический экзерсис. Выработка осанки.  | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 27. | Повторение и закрепление  ранее изученного. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 28. | Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 29. | Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио). | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 30. | Партерный экзерсис. Упражнения на гибкость и выворотность. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 31. | Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 32. | Повторение и закрепление ранее изученного. | 1 час | урок-репетиция(групповая) |
| 33. | Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы. | 1 час. | урок-репетиция(групповая) |
| 34. | **Зачетное занятие** | 1 час. |  |
|  |  | **34 часа**  |  |

 **Материально-технические ресурсы:**

Для успешной реализации программы необходимо иметь

 •актовый зал или хореографический класс

 •помещение для переодевания

 •при наличии: станки, зеркала

 •технические средства обучения (по выбору - DVD проигрыватель, магнитофон, видеоаппаратура, диски)

 •специальная форма для занятий;

 •при наличии: костюмы для исполнения концертных номеров.

**Используемая литература:**

**Нормативно-правовая:**

• Послание Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации 2008 года

• Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 17.11.2008 № 1662-р;

• Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция);

**Литература для педагога:**

1. Акатов Л.И. Социальная реабилитация детей с ОВЗ., -М., Владос, 2010

2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: изд. «Искусства», 1983

3. БарышниковаТ. Азбука хореографии. Санкт-Петербург, 1996.

4. Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002.

5. Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001.

6. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. – М., 1999.

7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С-Пб., 2003.

8. Возрастная и педагогическая психология /Под ред. Петровского. – М.: Педагогика.

9. Губанова Н.Ф. Игровая деятельность в детском саду -М., Мозаика-Синтез, 2009

10. Заикин Н. Областные особенности русского народного танца. М., 2002.