

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области "Специальная (коррекционная) школа № 10 г. Иркутска"

ПРИНЯТО Педагогическим советом Протокол № 1 от 29.08.2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Приказом № 77 от 29.08.2023г.
	Программа вступает в силу с «1» сентября 2023 г.

**Дополнительная образовательная (общеразвивающая) программа
«Апельсин»**

Иркутск, 2023

Пояснительная записка

Программа предназначена для внеклассной работы с учащимися младшего, среднего и старшего школьного возраста. Программа ориентирована на всестороннее развитие личности учащихся, неповторимой индивидуальности, направлена на гуманизацию воспитательно-образовательной работы с детьми, основана на психологических особенностях развития школьников разного возраста. В программе систематизированы средства и методы театрально-игровой деятельности и первичных знаний хореографии, обосновано использование разных видов детской творческой деятельности в процессе театрального воплощения.

Общая характеристика программы.

Для детей специальных коррекционных школ высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур организма детей. Если эти органы и структуры не проявляют постоянной активности, то процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.

В программе систематизированы средства и методы театрально-игровой деятельности и первичных знаний хореографии, обосновано использование разных видов детской творческой деятельности в процессе театрального воплощения.

Программа основана на следующем научном предположении: театральная деятельность и хореография, как процессы развития творческих способностей ребенка являются процессуальными. Важнейшим в школьной творческой студии является процесс репетиций, процесс творческого переживания и воплощения, а не конечный результат. Поскольку именно в процессе работы над образом и освоением основ хореографии и сценического движения происходит развитие личности ребенка, развивается символическое мышление, двигательный эмоциональный контроль. Происходит усвоение социальных норм поведения, формируются высшие произвольные психические функции. Таким образом, работа над этюдами, хореографическими миниатюрами и картинками не менее важна, чем сам спектакль или тематический концерт, театрализованное представление. Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии учащихся.

Программа рассчитана на 68 часов, по 2 часа в неделю (младшая, средняя группа), 102 часа по 3 часа в неделю (старшая группа).

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности, культура речи, актерское мастерство.

Задачи программы:

- Учить учащихся ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, строить диалог с партнером на заданную тему;
- развивать способность произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц, запоминать слова героев мизансцен;
- развивать зрительное, слуховое внимание, память, наблюдательность, образное мышление, фантазию, воображение, интерес к сценическому искусству;
- упражнять в четком произношении слов, отрабатывать дикцию; воспитывать нравственно-эстетические качества.
- корректировать дефекты психического и физического развития детей с ограниченными возможностями;
- учить учащихся красиво и органично выражать себя в танце, вырабатывать технику исполнения танцевальных движений;
- развивать внимание, воображение, координацию, пластику движений.
- Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.

В программу включены следующие разделы: театральная игра, культура и техника речи, основы театральной культуры, работа над спектаклем, показ спектакля, ритмика, элементы классического танца, элементы русского народного танца, элементы бального танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционная работа.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. В связи с тем, что дети имеют соматические нарушения, 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 культуру и технику речи, сценическое мастерство, игра на публику, выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

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

Театр - это волшебный мир искусства, где нужны самые разные способности. И поэтому, можно не только развивать эти способности, но и с детского возраста прививать любовь к театральному искусству.

Хореография – это прекрасное средство физического, эстетического развития и саморазвития детей.

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.
- развитие актёрских способностей.
- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта слушания и заучивания произведений художественной литературы;
- осознание значимости занятий театральным искусством для личного развития.

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.

Формы организации деятельности.

Основной формой организации занятий является обучение детей в группе. Группы комплектуются по возрастам. В группах обучаются дети с разными психофизическими особенностями. Количество обучающихся в группе – до 15 человек.

Группы формируются по классам:

младшая группа – (1-3 классы);

средняя группа – (4-6 классы);

старшая группа – (7-9 классы).

Также используются методы обучения:

Метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев, песен и др.), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со

слуховыми впечатлениями (показ певческих приемов, движений, картинок, игрушек и др.).

Образовательный процесс по дисциплине «Веселая ритмика» предполагает аудиторные занятия. Аудиторные занятия проводятся в кабинете. Программа предполагает следующие формы организации аудиторных занятий: вводные занятия, которые проводятся в начале каждого года обучения и включают беседы: «Правила техники безопасности», «Правила поведения на занятиях»; учебные занятия;

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Младшая группа

Хореография

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Знакомство. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	Знакомство с музыкальными длительностями ($\frac{1}{4}$, $\frac{1}{8}$, $\frac{3}{4}$, $\frac{6}{8}$).	2
3	Развитие чувства ритма, темпа. Ритм вальса.	2
4	Изучение азов танцевальной азбуки. Упражнение «грустный – веселый»; упражнения для рук – «замочек»; упражнения для спины; упражнения для головы; упражнения для корпуса.	6
5	Ознакомление детей с элементами танцевальных движений. Выполнение проученных элементов танцевальных движений.	15
6	Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве. Упражнения и игры по ориентации в пространстве;	4
7	Умение импровизировать под музыку. Изображать в танце заданных животных, предметы. Сочинение с детьми танцевальных этюдов. Ознакомление детей с играми	4
8	Зачетные мероприятия: концерты, открытые уроки, участие в конкурсах.	
9	Всего часов	34

Театр

№ п/п	Содержание программы	Всего часов
1.	Вводные занятия	1
2.	Театральная игра	5
3.	Культура и техника речи	6

4.	Ритмопластика	3
5.	Основы театральной культуры	3
6.	Работа над спектаклем, показ спектакля	15
7.	Заключительное занятие	1
	Итого:	34

СОДЕРЖАНИЕ

Младшая группа

1. Знакомство. Прослушивание и отбор детей в группу

Теория. Знакомство с детьми и родителями. Знакомство с программой по ритмике.

Практика. Просмотр детей на основе элементарных движений, проверка на координацию, проверка слуха, природных данных.

2. Вводное занятие

Теория. Правила поведения и техника безопасности. Творческие планы на новый учебный год. Беседы, впечатления о летнем отдыхе.

Практика. Повторение правил техники безопасности. Знакомство с программой на учебный год. Просмотр и прослушивание детей.

3. Разучивается исполнение по слуху более сложных ритмических рисунков

Теория. Разучивается исполнение более сложных ритмических рисунков. Теоретические упражнения.

Практика. Упражнения на развитие ритмического слуха:

Разучивается исполнение по слуху более сложных ритмических рисунков.

Выполняются самостоятельные задания ритмических рисунков на основании прослушанного музыкального материала.

Длительности: четверти, восьмые, половинные, шестнадцатые, целые.

4. Основы классического танца. Demi plie по I, II, III позициям, battements tendu, battements jetes, passe par terre: deml plie по I позиции.

Теория. Правильное исполнение классического экзерсиса. Развитие понятийного аппарата.

Практика.

Развитие четкости, грамотности и правильного исполнения:

Demi plie по I, II, III позициям

- battements tendu вперед, назад и в сторону

- battements jetes вперед, назад и в сторону

- passe par terre:

- с deml plie по I позиции

- с окончанием в demi plie.

- rond de jambe par terre в первой раскладке endehors, en dedans.

- releves по I, II, III и IV позиций ног

- перегибы корпуса вперед, назад и в сторону.

5. Изучение различных перестроений и фигур

Теория. Умение работать в группе, в ансамбле. Чувство партнера.

Выбор партнера. Нахождение контакта с партнером.

Практика.

- Фигурная маршировка: перестроение из круга в диагональ, в две параллельные диагонали.
- Ускорение темпа перестроений. Разучивается дополнительный материал: построение в две диагонали.
- Образование «восьмерки», «объемной восьмерки» (восьмерки с дополнительными кругами внутри).
- Построение фигуры «трапеция».
- Построение фигуры «клин».
- Перестроение «дверца».

6. Основы бального танца – вальс. Характер исполнения вальса в паре и соло. Теория. Знакомство с бальным танцем. Характер исполнения вальса в паре и соло. Просмотр видеоматериалов по заданной теме.

Практика. Изучение.

- Постановка корпуса соло и в паре
- Постановка рук
- Постановка головы
- Основной шаг вальса
- Вальсовая дорожка

7. Перестроение «шен» или «прочес». Умение держать интервал.

Теория. Понятие «шен». «Шен» из двух линий. Что такое перестроение «прочес». Правильное исполнение перестроение. Умение держать равнение по первому.

Практика.

Умение перестраиваться из одной и двух линий в разных темпах (под счет, в медленном, быстром темпе).

Перестроение из «шен» в круг, в колонну.

Понятие интервал при перестроении.

Умение держать интервал.

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

Театр

1. Вводное занятие.

На первом вводном занятии знакомство с коллективом проходит в игре «Снежный ком». Руководитель кружка знакомит ребят с программой кружка, правилами поведения на кружке, с инструкциями по охране труда. В конце занятия - игра «Театр – экспромт».

- Беседа о театре. Значение театра, его отличие от других видов искусств.
- Знакомство с театрами (презентация)

2. Театральная игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку.

Задачи учителя. Учить детей ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, строить диалог с партнером на заданную тему.

3. Ритмопластика включает в себя комплексные ритмические, музыкальные пластические игры и упражнения, обеспечивающие развитие естественных психомоторных способностей детей, свободы и выразительности телодвижения; обретение ощущения гармонии своего тела с окружающим миром.

Задачи учителя. Развивать умение произвольно реагировать на команду или музыкальный сигнал, готовность действовать согласованно, включаясь в действие одновременно или последовательно.

4. Культура и техника речи. Игры и упражнения, направленные на развитие дыхания и свободы речевого аппарата.

Задачи учителя. Развивать речевое дыхание и правильную артикуляцию, четкую дикцию, разнообразную интонацию, логику речи; связную образную речь, творческую фантазию.

5. Основы театральной культуры. Детей знакомят с элементарными понятиями, профессиональной терминологией театрального искусства (особенности театрального искусства; виды театрального искусства, основы актерского мастерства; культура зрителя).

Задачи учителя. Познакомить детей с театральной терминологией; с основными видами театрального искусства; воспитывать культуру поведения в театре.

6. Работа над спектаклем (пьесой, сказкой) базируется на авторских пьесах и включает в себя знакомство с пьесой, сказкой, работу над спектаклем – от этюдов к рождению спектакля. Показ спектакля.

Задачи учителя. Учить сочинять этюды по сказкам, басням; развивать навыки действий с воображаемыми предметами.

7. Заключительное занятие

Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника. Отчёт, показ любимых инсценировок.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Средняя группа

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	Музыкальная грамота: «музыкальный квадрат», ритм 2/4. Понятия счета в танце. Ритмические движения по счет и под музыку. Движения на развитие координации.	2
3	Знакомство с терминологией и основами классического танца. Demiplie лицом к станку по I позиции, battementstendu вперед, назад и в сторону, releves по I, II, IV позиций ног.	4
4	Знакомство с терминологией и основами детского танца.	1

5	Движения на развитие координации. Объяснить термины - баланс, апломб.	2
6	Прыжковые комбинации. Развитие «баллона».	1
7	Ознакомление с элементами танцевальной азбуки. Техника правильного выполнения упражнений	3
8	Элементы танцевальных движений	10
9	Изучение и закрепление танцевальных элементов	10
10	Зачетные мероприятия: концерты, открытые занятия, участие в конкурсах.	
	Всего часов	34

Театр

№ п/п	Содержание программы	Всего часов
1.	Вводные занятия	1
2.	Театральная игра	5
3.	Культура и техника речи	6
4.	Ритмопластика	3
5.	Основы театральной культуры	3
6.	Работа над спектаклем, показ спектакля	15
7.	Заключительное занятие	1
	Итого:	34

СОДЕРЖАНИЕ

Средняя группа

Знакомство. Прослушивание и отбор детей в группу

Теория. Знакомство с детьми и родителями. Знакомство с программой по ритмике. Практика. Просмотр детей на основе элементарных движений, проверка на координацию, проверка слуха, природных данных.

2. Вводное занятие

Теория. Правила поведения и техника безопасности. Творческие планы на новый учебный год. Беседы, впечатления о летнем отдыхе.

Практика. Повторение правил техники безопасности. Знакомство с программой на учебный год. Просмотр и прослушивание детей.

3. Коллективно-порядковые упражнения. Исполнение упражнений. Выработка четкости.

Теория. Повторяется ранее разученный материал и дополнительный материал.

Практика. Исполнение упражнений. Выработка четкости:

Построение крестом.

Фигурная маршировка: перестроение из круга в две линии, в «крест», общее вращение «креста», встречное вращение «креста».

Зеркальное отражение конфигурации.

Построение фигуры «клин».

4. Классический танец. Расширение знаний о классических позах у станка и на середине.

Теория. Расширение теоретических знаний о классических позах у станка и на середине. Анализ их красоты и гармоничности, сочетание движений рук, ног, спины и головы. Сведения о работе мышц при выполнении того или иного движения. Просмотр и обсуждение фрагментов спектаклей и концертов.

Практика. Четкая выработка и наработка: Работа ног у станка, исключительно из V позиции. Изучение IV позиции ног, а также portdebras третье и четвертое. Приобретение навыка сохранять плавность и слитность движений, характерных для port de bras. Отработка пластической выразительности в танце. Исполнение новых движений у станка: grand rond, battement devoloppe, petit battement, grand battement jete passe. Изучением положения корпуса с руками на середине: croisse и effacee. Использование их в простейших элементах: battement endu, plie, releve, echange. Изучение preparation к вращению chaines. Исполнение новых больших прыжков: sissonne, assemble с glissade, jete, terns leve. Подготовка к изучению пируэтов из V и IV позиций ног. Вспомогательные движения перед пируэтами. Изучение на середине grand battement и adagio. Приобретение умения исполнять классический поклон через переход в IV позицию ног

5. Ритмический рисунок. Исполнение по слуху сложных ритмических рисунков

Теория. Закрепление полученных теоретических знаний.

Практика.

Исполнение по слуху сложных ритмических рисунков.

Задания на самостоятельное выполнение ритмических рисунков на основе прослушанного музыкального материала.

Отработка заданного ритмического рисунка танцевальными комбинациями.

Все танцевальные элементы, пройденные на предыдущем году обучения, исполняются в различных танцевальных комбинациях.

6. Партерная гимнастика. Понятие партерной гимнастики.

Теория. Понятие партерной гимнастики. Рассказ о том, как надо заниматься гимнастикой в домашних условиях.

Практика. Совершенствование и усложнение движений на полу и у станка.

Помощь друг другу при выполнении некоторых упражнений. Упражнения в парах «рыбка» - прогиб назад за руки, ноги лежат в первой позиции.

Растяжка на шпагаты самостоятельно и в парах, растяжка с дополнительным подъемом (одна из ног находится на высоте 20см или более от пола).

«Пережат с фиксированием» - согнутые в коленях ноги за голову, затем покачивания в таком положении.

Исполнение экзерсиса на полу полностью. Увеличение нагрузки при исполнении движений, направленных на развитие пресса.

Разрабатывание стопы с помощью педагога. Совершенствование исполнения «шпагатов», «лягушки», «мостика», «щучки».

Уделяется больше внимания амплитуде выполнения, участия как можно большего количества групп мышц. При выполнении рекомендуется менять темп, периодически увеличивать время задержки в конкретном положении (для усиления эффекта).

«Домики» - поднимание корпуса и выпрямление подколенного сустава (не отрывая рук) из сидячего положения на четвереньках. Руки как можно ближе к коленям – стойка на подъемах, стойка на полупальцах с постановкой пяток на пол. «Дощечка» - прямое отклонение корпуса в стойке на коленях.

Растяжка ног в положение «лягушка» (сидя и лежа на спине) - в парах. Конечная нагрузка осуществляется полным весом.

7. Основы современного танца. Возникновение современных направлений.

Теория. Объяснение основ современного танца. Названий движений. Возникновение современных направлений.

Практика. Приставной шаг вперед, назад. Попеременное сгибание рук в локтевом суставе с последующим энергичным выпрямлением вперед, вверх, в стороны. Ходьба на полупальцах с броском ноги. Колесо (без пауз), на одной руке. Шпагат в положении «березка». Броски ног из положения «кобра», две ноги сразу. Мостик из положения стоя, удержание равновесия с одной ногой на воздухе. «Волна». Перевороты через шпагат.

Комбинации переверотов в группировках и шпагатах, с использованием кувырков. Расслабление мышц одной руки из положения руки вперед, руки в стороны. Одновременное расслабление обеих рук.

Расслабление мышц корпуса (наклоны вперед) с одновременным расслаблением рук в плечевых суставах с последующим раскачиванием рук, находясь в наклонном положении.

Круглый полуприсяд (приседание с вращением корпуса) и приседание с последовательным выпрямлением, стоя у опоры. Боковая «волна».

Упражнения с предметом: лентой, веревкой, скакалкой. Тур на простом прыжке. Тур на прыжке с захлестом голени назад. Комбинации из перескоков и прыжков «сиссон». Вращения на перескоках. Гран жете перекидное. Гран жете боковое.

Дополнительно даются новые комбинации из пройденных элементов для намеченной постановки, новые элементы из разных танцевальных стилей.

8. Зачетные мероприятия.

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

Театр

1. Вводное занятие.

Руководитель кружка знакомит ребят с программой кружка, правилами поведения на кружке, с инструкциями по охране труда. В конце занятия - игра «Театр – экспромт».

-Беседа о театре.

2. Театральная игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку.

Задачи учителя. Развивать способность произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц, запоминать слова героев спектаклей; развивать зрительное, слуховое внимание, память, наблюдательность, образное мышление, фантазию, воображение, интерес к сценическому искусству;

3. Ритмопластика включает в себя комплексные ритмические, музыкальные пластические игры и упражнения, обеспечивающие развитие естественных психомоторных способностей детей, свободы и выразительности телодвижения; обретение ощущения гармонии своего тела с окружающим миром.

Задачи учителя. Развивать координацию движений; учить запоминать заданные позы и образно передавать их.

4. Культура и техника речи. Игры и упражнения, направленные на развитие дыхания и свободы речевого аппарата.

Задачи учителя. Развивать связную образную речь, творческую фантазию; учить сочинять небольшие рассказы и сказки, подбирать простейшие рифмы;

5. Основы театральной культуры. Детей знакомят с элементарными понятиями, профессиональной терминологией театрального искусства (особенности театрального искусства; виды театрального искусства, основы актерского мастерства; культура зрителя).

Задачи учителя. Познакомить детей с театральной терминологией; с основными видами театрального искусства; воспитывать культуру поведения в театре.

6. Работа над спектаклем (пьесой, сказкой) базируется на авторских пьесах и включает в себя знакомство с пьесой, сказкой, работу над спектаклем – от этюдов к рождению спектакля. Показ спектакля.

Задачи учителя. Учить находить ключевые слова в отдельных фразах и предложениях и выделять их голосом;

7. Заключительное занятие

Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника. Отчёт, показ любимых инсценировок.

ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНИРОВАНИЯ

Старшая группа

Хореография

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	Музыкальная грамота: «музыкальный квадрат», ритм 2/4. Понятия счета в танце. Ритмические движения по счет и под музыку. Движения на развитие координации.	2
3	Знакомство с терминологией и основами классического танца. Demiplié лицом к станку по I позиции, battementstendu вперед,	2

	назад и в сторону, releves по I,II, IV позиций ног.	
4	Знакомство с терминологией и основами детского танца.	2
5	Движения на развитие координации. Объяснить термины - баланс, апломб.	2
6	Прыжковые комбинации. Развитие «баллона».	2
7	Ознакомление с элементами танцевальной азбуки. Техника правильного выполнения упражнений	10
8	Элементы танцевальных движений	20
9	Изучение и закрепление танцевальных элементов	10
10	Зачетные мероприятия: концерты, открытые занятия, участие в конкурсах.	
	Всего часов	51

Театр

№ п/п	Содержание программы	Всего часов
1.	Вводные занятия	1
2.	Театральная игра	5
3.	Культура и техника речи	10
4.	Ритмопластика	3
5.	Основы театральной культуры	3
6.	Работа над спектаклем, показ спектакля	28
7.	Заключительное занятие	1
	Итого:	51

СОДЕРЖАНИЕ

Средняя группа

Знакомство. Прослушивание и отбор детей в группу

Теория. Знакомство с детьми и родителями. Знакомство с программой по ритмике. Практика. Просмотр детей на основе элементарных движений, проверка на координацию, проверка слуха, природных данных.

2. Вводное занятие

Теория. Правила поведения и техника безопасности. Творческие планы на новый учебный год. Беседы, впечатления о летнем отдыхе.

Практика. Повторение правил техники безопасности. Знакомство с программой на учебный год. Просмотр и прослушивание детей.

3. Коллективно-порядковые упражнения. Исполнение упражнений. Выработка четкости.

Теория. Повторяется ранее разученный материал и дополнительный материал.

Практика. Исполнение упражнений. Выработка четкости:

Построение крестом.

Фигурная маршировка: перестроение из круга в две линии, в «крест»,
общее вращение «креста»,
встречное вращение «креста».

Зеркальное отражение конфигурации.

Построение фигуры «клин».

4. Классический танец. Расширение знаний о классических позах у станка и на середине.

Теория. Расширение теоретических знаний о классических позах у станка и на середине. Анализ их красоты и гармоничности, сочетание движений рук, ног, спины и головы. Сведения о работе мышц при исполнении того или иного движения. Просмотр и обсуждение фрагментов спектаклей и концертов.

Практика. Четкая выработка и наработка: Работа ног у станка, исключительно из V позиции. Изучение IV позиции ног, а также portdebras третье и четвертое. Приобретение навыка сохранять плавность и слитность движений, характерных для port de bras. Отработка пластической выразительности в танце. Исполнение новых движений у станка: grand rond, battement devoloppe, petit battement, grand battement jete passe. Изучением положения корпуса с руками на середине: croisse и effacee. Использование их в простейших элементах: battement endu, plie, releve, echappe. Изучение preparation к вращению chaines. Исполнение новых больших прыжков: sissonne, assemble с glissade, jete, terns leve. Подготовка к изучению пируэтов из V и IV позиций ног. Вспомогательные движения перед пируэтами. Изучение на середине grand battement и adagio. Приобретение умения исполнять классический поклон через переход в IV позицию ног

5. Ритмический рисунок. Исполнение по слуху сложных ритмических рисунков

Теория. Закрепление полученных теоретических знаний.

Практика.

Исполнение по слуху сложных ритмических рисунков.

Задания на самостоятельное выполнение ритмических рисунков на основе прослушанного музыкального материала.

Отработка заданного ритмического рисунка танцевальными комбинациями.

Все танцевальные элементы, пройденные на предыдущем году обучения, исполняются в различных танцевальных комбинациях.

6. Партерная гимнастика. Понятие партерной гимнастики.

Теория. Понятие партерной гимнастики. Рассказ о том, как надо заниматься гимнастикой в домашних условиях.

Практика. Совершенствование и усложнение движений на полу и у станка.

Помощь друг другу при исполнении некоторых упражнений. Упражнения в парах «рыбка» - прогиб назад за руки, ноги лежат в первой позиции.

Растяжка на шпагаты самостоятельно и в парах, растяжка с дополнительным подъемом (одна из ног находится на высоте 20см или более от пола).

«Перекат с фиксированием» - согнутые в коленях ноги за голову, затем покачивания в таком положении.

Исполнение экзерсиса на полу полностью. Увеличение нагрузки при исполнении движений, направленных на развитие пресса.

Разрабатывание стопы с помощью педагога. Совершенствование исполнения «шпагатов», «лягушки», «мостика», «щучки».

Уделяется больше внимания амплитуде выполнения, участия как можно большего количества групп мышц. При выполнении рекомендуется менять темп, периодически увеличивать время задержки в конкретном положении (для усиления эффекта).

«Домики» - поднимание корпуса и выпрямление подколенного сустава (не отрывая рук) из сидячего положения на четвереньках. Руки как можно ближе к коленям – стойка на подъемах, стойка на полупальцах с постановкой пяток на пол. «Дощечка» - прямое отклонение корпуса в стойке на коленях.

Растяжка ног в положение «лягушка» (сидя и лежа на спине) - в парах. Конечная нагрузка осуществляется полным весом.

7. Основы современного танца. Возникновение современных направлений.

Теория. Объяснение основ современного танца. Названий движений. Возникновение современных направлений.

Практика. Приставной шаг вперед, назад. Попеременное сгибание рук в локтевом суставе с последующим энергичным выпрямлением вперед, вверх, в стороны. Ходьба на полупальцах с броском ноги. Колесо (без пауз), на одной руке. Шпагат в положении «березка». Броски ног из положения «кобра», две ноги сразу. Мостик из положения стоя, удержание равновесия с одной ногой на воздухе. «Волна». Перевороты через шпагат.

Комбинации переворотов в группировках и шпагатах, с использованием кувырков. Расслабление мышц одной руки из положения руки вперед, руки в стороны. Одновременное расслабление обеих рук.

Расслабление мышц корпуса (наклоны вперед) с одновременным расслаблением рук в плечевых суставах с последующим раскачиванием рук, находясь в наклонном положении.

Круглый полуприсяд (приседание с вращением корпуса) и приседание с последовательным выпрямлением, стоя у опоры. Боковая «волна». Упражнения с предметом: лентой, веревкой, скакалкой. Тур на простом прыжке. Тур на прыжке с захлестом голени назад. Комбинации из перескоков и прыжков «сиссон». Вращения на перескоках. Гран жете перекидное. Гран жете боковое.

Дополнительно даются новые комбинации из пройденных элементов для намеченной постановки, новые элементы из разных танцевальных стилей.

8. Зачетные мероприятия.

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

Театр

1. Вводное занятие.

Руководитель кружка знакомит ребят с программой кружка, правилами поведения на кружке, с инструкциями по охране труда. В конце занятия - игра «Театр – экспромт».

-Беседа о театре.

2. Театральная игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку.

Задачи учителя. Развивать зрительное, слуховое внимание, память, наблюдательность, образное мышление, фантазию, воображение, интерес к сценическому искусству; упражнять в четком произношении слов, отрабатывать дикцию; воспитывать нравственно-эстетические качества.

3. Ритмопластика включает в себя комплексные ритмические, музыкальные пластические игры и упражнения, обеспечивающие развитие естественных психомоторных способностей детей, свободы и выразительности телодвижения; обретение ощущения гармонии своего тела с окружающим миром.

Задачи учителя. Развивать способность искренне верить в любую воображаемую ситуацию; учить создавать образы животных с помощью выразительных пластических движений.

4. Культура и техника речи. Игры и упражнения, направленные на развитие дыхания и свободы речевого аппарата.

Задачи учителя. Учить сочинять небольшие рассказы и сказки, подбирать простейшие рифмы; произносить скороговорки и стихи; тренировать четкое произношение согласных в конце слова; пользоваться интонациями, выражающими основные чувства; пополнять словарный запас.

5. Основы театральной культуры. Детей знакомят с элементарными понятиями, профессиональной терминологией театрального искусства (особенности театрального искусства; виды театрального искусства, основы актерского мастерства; культура зрителя).

Задачи учителя. Познакомить детей с театральной терминологией; с основными видами театрального искусства; воспитывать культуру поведения в театре.

6. Работа над спектаклем (пьесой, сказкой) базируется на авторских пьесах и включает в себя знакомство с пьесой, сказкой, работу над спектаклем – от этюдов к рождению спектакля. Показ спектакля.

Задачи учителя. Развивать умение пользоваться интонациями, выражающими разнообразные эмоциональные состояния (грустно, радостно, сердито, удивительно, восхищенно, жалобно, презрительно, осуждающе, таинственно и т.д.); пополнять словарный запас, образный строй речи.

7. Заключительное занятие

Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника. Отчёт, показ любимых инсценировок.

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.

На занятиях активно используются:

- материал для проведения музыкальных психокоррекционных занятий с детьми дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья по программе Елены Котышевой «Мы друг другу рады». Песенки – игры и танцы для детей с ограниченными возможностями здоровья.
- Театрализованные игры в школе. Колчеев Ю.В., Колчеева Н.И.
- методическое пособие «Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями» с подробным описанием игр, песенки, минусовые фонограммы и музыка для проведения танцевальных игр и занятий.

Традиционно повторяющиеся элементы занятия:

- Вход в зал
- Построение вдоль станка
- Поклон педагогу
- Марш и бег по кругу (разогрев)
- Упражнения у станка
- Упражнения на середине
- Разучивание или отработка элементов танцевальных номеров
- Построение у станка
- Поклон педагогу
- Выход из зала

Список литературы:

- Акатов Л.И. Социальная реабилитация детей с ОВЗ., -М., Владос, 2010
- Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: изд. «Искусства», 1983
- Барышникова Т. Азбука хореографии. Санкт-Петербург, 1996.
- Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002.
- Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001.
- Буданова Г.П. Материал
- Агапова И.А., Давыдова М.А. «Театральные постановки в средней школе» - Волгоград: Учитель, 2009
- Афанасенко Е.Х. «Детский музыкальный театр» - Волгоград: Учитель, 2009
- Гальцова Е.А. «Детско-юношеский театр мюзикла» - Волгоград: Учитель, 2009.
- Горбачев И.А. Театральные сезоны в школе. – М., 2003.