

Управление культуры и организации досуга населения  
администрации г. Ульяновска

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
Детская школа искусств №12 г.Ульяновска

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ АДАПТИРОВАННАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ**  
по учебному предмету

**ХОРЕОГРАФИЯ**

**Срок реализации - 4 года (при 4 летнем обучении)**

**Возраст учащихся – 7 лет**

**г. Ульяновск 2018**

«Рассмотрено» Методическим советом МБУ ДО ДШИ №12 «24» декабря 2019 г Протокол № 5	«Утверждаю» Директор МБУ ДО ДШИ №12 В.И.Проскурина Приказ № 99 от «24» декабря 2019 г
«Рассмотрено» Методическим советом МБУ ДО ДШИ №12 «26» <u>мая</u> 20 <u>20</u> г Протокол № <u>2</u>	«Утверждаю» Директор МБУ ДО ДШИ №12 В.И.Проскурина Приказ № <u>54</u> от « <u>25</u> » <u>мая</u> 20 <u>20</u> г
«Рассмотрено» Методическим советом МБУ ДО ДШИ №12 « <u>25</u> » <u>мая</u> 20 <u>21</u> г Протокол № <u>2</u>	«Утверждаю» Директор МБУ ДО ДШИ №12 В.И.Проскурина Приказ № <u>51</u> от « <u>31</u> » <u>05</u> 20 <u>21</u> г
«Рассмотрено» Методическим советом МБУ ДО ДШИ №12 « <u>24</u> » <u>05</u> 20 <u>22</u> г Протокол № <u>2</u>	«Утверждаю» Директор МБУ ДО ДШИ №12 В.И.Проскурина Приказ № <u>39</u> от « <u>17</u> » <u>05</u> 20 <u>22</u> г
«Рассмотрено» Методическим советом МБУ ДО ДШИ №12 « <u>23</u> » <u>05</u> 20 <u>23</u> г Протокол № <u>2</u>	«Утверждаю» Директор МБУ ДО ДШИ №12 В.И.Проскурина Приказ № <u>63</u> от « <u>01</u> » <u>05</u> 20 <u>23</u> г
«Рассмотрено» Методическим советом МБУ ДО ДШИ №12 « <u>  </u> » <u>  </u> 20 <u>  </u> г Протокол № <u>  </u>	«Утверждаю» Директор МБУ ДО ДШИ №12 В.И.Проскурина Приказ № <u>  </u> от « <u>  </u> » <u>  </u> 20 <u>  </u> г

Разработчик:

Коротеева И.Н., преподаватель хореографических дисциплин высшей категории МБУ ДО ДШИ №12

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- *Цели и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;*

### **II. Содержание учебного предмета**

- *Сведения о затратах учебного времени*
- *Годовые требования по классам*

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание*
- *Критерии оценки*

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

- *Методические рекомендации*

### **VI. Списки учебно-методической литературы**

## **I. Пояснительная записка**

### ***1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе***

Танец - самое любимое массовое искусство. Трудно представить народное празднество, вечер отдыха без танцев. Путь к познанию и совершенству танца – длинный и сложный, умение приходить не сразу. Помочь ребёнку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность призван хореограф в любых учреждениях, в том числе Детских школ искусств на занятиях ритмики и хореографии.

С этой целью была разработана данная программа преподавателем хореографии Коротеевой Ириной Николаевной (высшая квалификационная категория), которая предназначена для детей с ограниченными возможностями от 7 до 10 лет.

#### ***1. Срок реализации учебного предмета***

Программа рассчитана на три года обучения. На каждый год предполагается, выработка у воспитанников определенного минимума умей, навыков по хореографии.

Срок освоения программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в подготовительный класс в возрасте 7 лет, составляет 3 года.

#### ***1. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом ДШИ***

№ 12 на реализацию предмета «хореография»:

Срок обучения –4 года

	<b>Количество часов</b>
Максимальная нагрузка за 4 года	140 часов
Количество часов на аудиторную нагрузку в год	35 часов
Недельная аудиторная нагрузка	1 час

**4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:** групповая (от 4 до 10 человек), продолжительность урока – 30 минут.

#### **5. Цели и задачи учебного предмета**

**Цель:** программы является создание благоприятных условий для развития творческих способностей воспитанников и формирования у них ЗУНов, необходимых для обучения в специальных образовательных учреждениях. Повышение уровня их культурного развития, формирование представления о хореографическом искусстве, приобщение воспитанников к общечеловеческим национальным ценностям, освоение танцевального опыта прошлого и настоящего.

#### **Задачи:**

- приобщить детей к искусству танца, обогатить духовный мир через это искусство;
- выявить творческий потенциал воспитанников и наметить пути развития способностей детей;
- познакомить с историей танцевальной культуры, основой актёрского мастерства танцоров;
- развить танцевальные и музыкальные способности, чувство ритма, моторико-двигательную и логическую память ребят;
- формировать практические умения и навыки воспитанников путем выступления ими на сценических площадках;
- развить у детей физическую силу, выносливость, ловкость, правильную осанку и координацию движений в пространстве;
- способствовать процессу социализации воспитанников в современном обществе.

#### **6. Обоснование структуры учебного предмета «хореография»**

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;

- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

### ***7. Методы обучения***

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

Предложенные методы работы по гимнастике являются наиболее продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

### ***8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета***

Материально-техническая база МБУ ДО ДШИ № 12 соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории для занятий по учебному предмету "хореография" оборудованы балетными станками, зеркалами, для проведения занятий есть музыкальный инструмент - фортепиано.

## **II. Содержание учебного предмета**

### ***1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на***

освоение учебного предмета «хореография»:

<b>Год обучения</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	35	35	35	35
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1	1	1
Общее максимальное количество часов по годам	35	35	35	35

## ***2. Требования по годам обучения***

Особенностью данной программы в учреждении является то, что при отборе детей к занятиям хореографии допускаются дети с лёгкой и средней степенью интеллектуальной недостаточности, за исключением тех, кто имеет противопоказания по здоровью. А это дети с глубокой степенью общепсихического недоразвития. Это вызывает определенные трудности, т.к. среди детей нередко встречаются такие, в телосложении которых наблюдаются некоторые нежелательные отклонения сутулость, большой прогиб в пояснице (лордоз), асимметрия лопаток, сколиоз. Для того чтобы добиться исправления дефектов в осанке на занятиях применяются корректирующие упражнения на укрепление глубоких мышц спины.

Программа по хореографии состоит из разделов: «упражнения на ориентировку в пространстве»; «Танцевальные упражнения».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определён их объём, а также указаны знания и умения, которыми должны владеть воспитанники интерната, занимаясь конкретным видом ритмической деятельности.

В конце каждого года обучения проводится зачетная работа на выявление уровня усвоения учащимися знаний, умений и навыков.

## **1 год обучения**

**Цель:** ознакомление учащихся с работой опорно-двигательного аппарата, укрепление общефизического состояния учащихся.

### **Задачи:**

- укрепление общефизического состояния учащихся;
- развитие элементарных навыков координации;
- развитие выворотности ног при помощи специальных упражнений, которые помогут учащимся овладеть основными позициями классического танца;

### **Упражнения для 1 года обучения (1 час в неделю):**

#### **1. Вводное занятие.**

План и задачи кружка. Правила занятий в хореографическом зале. Организация рабочего места. Правила техники безопасности.

#### **2. Азбука музыкального движения.**

Теория. Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умерено). Музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая, медленная, веселая, грустная. Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие. Логика поворотов вправо и влево.

Практика. Маршировка в темпе и ритме музыки – шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Фигурные перестроения из колонны в шеренгу и обратно. Из одного круга в два и обратно. Продвижение по внешнему кругу. Звездочка. Танцевальные шаги с носка на пятку в образах: оленя, журавля, лисы и т.д.

#### **3. Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперёд и оттягивание носка. Перестроение в круг из шеренги, из цепочки. Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, налево, направо, в круг, из круга, выполнение движений с предметами во время ходьбы.

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен чёткими поворотами в углах зала. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг,



пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

Ходьба в соответствие с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием колен, на носках, широким и мелким шагом, держа ровно спину. Построение в колонну по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой - на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кружков, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построения с использованием лент, обручей, зонтиков и т.д. Упражнения с предметами, более усложнённые.

#### **4. Ритмико – гимнастические упражнения.**

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседая с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъёме, отведение стопы наружу и приведение её внутрь, круговые движения стопой, выставление на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в

стороны, круговые движения. Наклоны туловища сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Поворот туловища с передачей предмета. Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.

Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивания их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; поворот туловища вперед, в стороны с движением рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Перелазание через сцепленные руки, через палку.

Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Всевозможные сочетания движений ног вперед, назад. В сторону, сгибанием в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.

Упражнения на координацию движений. Перекрёстное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперёд, левой вверх. Выставление левой ноги вперёд, правой руки перед собой, правой ноги в сторону, левой руки в сторону и т.д. Изучение позиции рук: смена позиции рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движения рук головой, взглядом.

Отстукивание, похлопывание, притопывание простых ритмических рисунков.

Разнообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с

одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т.д. Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движения в заданном темпе и после остановки музыки.

Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на координацию движений с предметами. Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал и наоборот.

Упражнения на расслабления мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперёд, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями; подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движения рук. Перенесение тяжести с пяток на носок и обратно, с одной ноги на другую.

Раскачивание рук поочерёдно, вместе во всех направлениях в положении стоя и наклонившись вперёд. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол).

Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться. Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойко на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть, на корточки (большие, маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

## **5. Игры под музыку.**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо). Регистрами (высокий, низкий).

Изменение направления и формы ходьбы, бега, подскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями музыки (лёгкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; лёгкое, игривое подпрыгивание тяжёлым, 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 определённым эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов музыке. Музыкальные игры как «Любопытная Варвара», «Укушу», «Бычок», «Зайчик», «Антошка», «Гром» и т.д.

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмичного рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Составление несложных танцевальных композиций.

#### **6. Танцевальные упражнения.**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный шаг. Бег лёгкий, 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 платочками); притопы одной ногой и поочерёдно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Элементы русской пляски: шаг с притопами на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте.

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп.

### **Упражнения для 2 года обучения (1 час в неделю):**

#### **1. Вводное занятие.**

План и задачи кружка. Правила занятий в хореографическом зале.

Организация рабочего места. Правила техники безопасности.

#### **2. Элементы классического танца.**

Постановка корпуса вырабатывается стоя лицом к стенке и в упражнениях на середине зала. Правильная постановка корпуса обеспечивает устойчивость, способствует развитию выворотности ног, гибкости и выразительности корпуса. Упражнения для головы: наклоны, повороты. Закрепление полученных знаний, умений на первом году обучения, усложнение элементов.

#### **3. Народный танец.**

Особенности музыки: марши, вальсы. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские и белорусские танцы. Вступительные аккорды.

Акцентировка на сильную долю такта в шагах, жестах. Заключительные аккорды. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов.

#### **4. Элементы современного танца.**

Упражнения на дыхание. Упражнения на контракцию (лежа, сидя и в комбинациях). Упражнения на движение бедер (таза). Подготовка к падению. Плие сидя по параллельной и выворотной позиции. Скольжение из стороны в сторону. Подготовка к растяжкам – батманы и грандбатманы. Подготовка к прыжкам по всем позициям. Небольшие танцевальные композиции под музыку.

#### **5. Постановочная работа.**

Прослушивание музыкального сопровождения. Разбор танца по основным элементам. Отработка танцевальных движений, связок и переходов.

## **Упражнения для 3 года обучения (1 час в неделю):**

### **1. Вводное занятие.**

План и задачи кружка. Правила занятий в хореографическом зале.

Организация рабочего места. Правила техники безопасности.

### **2. Игры под музыку.**

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

Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов музыке. Музыкальные игры как «Ветерок», «Было весело», «Славно пошумели», «Ах, какой красивый шар» и т.д.

### **3. Элементы народного танца.**

Открытые свободные позиции ног. Дробные движения русского танца, настроение и характер (задорный, озорной дух соревнований, удаль).

Хороводы, кадрили.

### **4. Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Ходьба в соответствие с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием колен, на носках, широким и мелким шагом, держа ровно спину. Построение в колонну по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой - на шаг назад.

### **5. Элементы современного танца.**

Упражнения на дыхания. Скольжение из стороны в сторону. Подготовка к растяжкам – батманы и грандбатманы. Подготовка к прыжкам по всем позициям. Движение по диагоналям (различные варианты шагов, повороты и вращения с продвижением и комбинации прыжков). Танцевальные комбинации под музыку.

### **6. Постановочная работа.**

Прослушивание музыкального сопровождения. Разбор танца по основным элементам. Отработка танцевальных движений, связок и переходов.

### **Упражнения для 4 года обучения (1 час в неделю):**

На 4 году обучения изучаемый материал повторяется, как на 3 году обучения но усложняется в зависимости от уровня подготовки ребёнка и его особенностей здоровья.

## **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

Основой хореографической подготовки воспитанников является изучение танцевальных упражнений. Эти упражнения последовательны, имеют определенную форму, тренируют мышцы детей, придавая им легкость и непринужденность движений.

Занятия хореографией в Детской школе искусств № 12 г. Ульяновска помогут детям с проблемами в развитии красиво и правильно ходить, выработают осанку, при необходимости избавиться от лишнего веса.

Возможность осуществить коррекцию недостатков психологического и физического развития умственно отсталых детей средствами ритмической деятельности. Дети окрепнут физически, разовьют необходимые двигательные навыки, повысятся функциональные возможности внутренних органов и систем. Окрепнет нервная система. Занимаясь под музыку у детей развивается слух и чувство ритма, дополняя физическое воспитание – эстетическим.

## **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

### *1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Оценка качества освоения учебного предмета "хореография" включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося в конце каждого учебного года обучения. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки могут проходить в виде просмотров.

Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

По завершении изучения предмета "хореография" по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

## *2. Критерии оценок*

В ДШИ №12 разработаны критерии оценок промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости обучающихся.

Для аттестации обучающихся созданы фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

По итогам показа на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале:

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы исполнения и т.д.



2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия домашних занятий, а также плохая посещаемость аудиторных занятий
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на контрольном уроке.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

### *Методические рекомендации*

Специфические средства воздействия на воспитанников, свойственные хореографии, способствуют общему развитию младших и старших умственно отсталых детей. Направленные на исправление недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально – волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений воспитанниками о пространстве и умении ориентироваться в нём.

Упражнения с предметами обручами, мячами, шарами, лентами и т.д. развивают ловкость, быстроту реакции, точность движения.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать её характер (весёлая, грустная), развивают способность переживать, содержание

музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приёмы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как память, мышление, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, её ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену фраз.

На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока хореограф может отводить на каждый раздел различное количества времени, имея в виду, что в начале и в конце занятия должны быть упражнения для снятия напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В разделе ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координацию движений.

Основная цель данных упражнений – научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движением ног, туловища, головы.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед хореографом стоит задача научить воспитанников создавать музыкально-двигательный образ. Причём хореограф должен сказать название, которое определяло бы характер

движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т.п. Объясняя задание, хореограф не должен подсказывать детям, вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать). Обучению умственно отсталых детей танцами и плясками предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего - с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, воспитанники знакомятся с их направлениями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

#### **VI. Список учебно-методической литературы**

1. Методический материал кафедры хореографии Кемеровской Академии;
2. Программы общеобразовательных школ для умственно отсталых детей. Просвещение, М., 1986г.;
3. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов. «Советский спорт», М., 2001г.;
4. Методика хореографических занятий (Бондарев);
5. Методическая разработка для студентов и преподавателей специализации «Хореографическое творчество» (А.Н. Аносова), Краснокаменск, 2002г.;
6. Бутанаев В.Я. «Традиционная культура Хакасов» Абакан 1996г.
7. Гринченко И. С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе, М., 2002г.

8. Михайлова М.А., Воронина Н.В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения», Ярославль, Академия Холдинг, 2000г.
9. Чибрикова А.Е., «Ритмика» (методическое пособие), М.; Дрофа, 1998г.
10. Панченко Н.А., «Педагогическая диагностика в работе классного руководителя», Волгоград: Учитель, 2007г.