

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Тыва
Управление образования Сут-Хольского района
МБОУ Хор-Тайгинская СОШ

Рассмотрено
на заседании ШУМО
учителей эстетического
цикла, физической культуры,
ОБЖ
Ондар / Ондар Д.Э./
Протокол №1
от «28» августа 2023 г

Согласовано

ЗД по ВР

Ооржак /Ооржак А.В./
«28» 08 2023 г.

Утверждаю

Директор школы

Монгуш / Монгуш Д.Д./
«28» 08 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Народные танцы России

(наименование учебного курса, предмета, дисциплины, модуля) --

для обучающихся 1-4 классов

Составитель программы:
Ооржак Чайсуу Каадыр-ооловна - педагог
внеурочной деятельности

с. Ишкин, 2023 г.

Пояснительная записка

Программа по курсу внеурочной деятельности «Народные танцы России» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы все живём во времена бурно развивающихся высоких технологий, что приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Современная школа стоит перед фактором ухудшения физического и духовного здоровья детей. Чтобы физическое здоровье и внутренний мир ребёнка был богатым и глубоким, необходимы меры целостного развития личности, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело” находятся в гармонии.

Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п. Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные танцевально-ритмические и тренировочные упражнения.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа «Хореография в основной школе» предназначена для преподавания основ хореографического искусства с пятого по девятый класс в режиме учебных занятий. Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы. Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов хореографии, изучение танцевальных элементов, исполнение эстрадных, народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу включены упражнения и движения классического, народного и бального танцев, доступные детям 11 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Актуальность данной программы как раз и состоит в том, что занятия ритмикой и основами хореографии в начальной школе способствует физическому развитию и укреплению детского организма, корректировке координации движений, формированию правильной осанки, обогащению духовного мира детей.

Отличительной особенностью и новизной данной программы является то, что на каждом уроке осуществляется работа по нескольким разделам программы и предусмотрено развитие творческого воображения воспитанников путём импровизации и выражения телодвижениями различных музыкальных образов, что помогает формированию эстетического вкуса и обогащению духовного мира детей.

Однако в зависимости от целей и задач конкретного урока педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению), имея в виду, что в начале и конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Цели и планируемые результаты

Цель обучения:

способствовать укреплению физического здоровья обучающихся и эстетически-художественному развитию, формировать высококультурную личность, приобщать детей к танцевальному искусству через занятия ритмикой и хореографией.

Образовательная цель программы: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля.

Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Задачи:

Обучающие:

- научить детей сознательно управлять своим телом;
- дать первоначальную хореографическую подготовку;
- научить чувствовать взаимосвязь музыки и движения;
- дать основные понятия музыкальной грамоты и значение музыкального сопровождения;
- учить детей мыслить, слушать и слышать учителя;
- ознакомить детей с хореографическими терминами и понятиями.

Развивающие:

- развивать у детей координацию движений,
- развивать выносливость, правильную осанку, эластичность связок, гибкость, растяжку;
- развивать эстетический вкус, культуру поведения, общения;
- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации,
- развивать навыки по сохранению своего здоровья;
- формировать потребности в самопознании, саморазвитии;
- развивать личностные свойства: самостоятельность, ответственность, активность, аккуратность.

Воспитательные:

- воспитывать у детей патриотическое чувство к Родине и интернациональное чувство к другим народам, предметно изучая музыкально-танцевальную культуру русского народа и национальные культуры народов мира;
- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству разных народов;
- воспитать у детей стремление достижения поставленной цели;
- воспитать ответственность за поступки;
- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества.

Планируемые результаты обучения:

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
- метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.
- предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Личностные результаты.

- знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы;
- развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств;
- реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты.

1. Регулятивные:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели.

2. Познавательные:

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

3. Коммуникативные:

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

- 7 -

Предметные результаты.

- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Формы учета знаний, умений.

В конце каждого занятия учащиеся под руководством педагога анализируют свою работу, используя метод самооценки и взаимооценки.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей на этом этапе происходит во второй половине учебного года в виде проектной деятельности обучающихся под контролем и руководством педагога.

Содержание курса:

Раздел курса	Содержание раздела (тема)	Форма организации внеурочной деятельности	Характеристика основных видов деятельности учащихся
1. Вводные занятия.	Формирование группы. Инструктаж по ТБ. Постановка корпуса.	Беседа	регулятивная
2. Теория музыки в хореографии	Музыкальный материал для народного танца. Работа над ритмическим рисунком.	Рассказ, демонстрация, тренировка	учебная
3. Танцевальная азбука	Ритмико-гимнастические упражнения. Основные дорожки шагов и движения молдавского танца.	Демонстрация, тренировка	учебная
4. Творческая деятельность	Самостоятельное составление танцевальных комбинаций на основе изученного материала. «Танцевальная переменка» для одноклассников.	Демонстрация, тренировка	коммуникативная
5. Танец.	Народный танец «Молдавская сюита».	Рассказ, демонстрация, тренировка.	учебная
6. Беседы по хореографическому искусству	Творчество профессиональных танцевальных коллективов.	Просмотр видеоматериала, беседа, обсуждение	познавательная, коммуникативная
7. Итоговые занятия	Выступление на школьной сцене. Открытые занятия в учебном классе.	Выступление.	познавательная коммуникативная

Учебно-тематический план

Каждая тема состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, показ изучаемых элементов танца, объяснение принципа движения, беседу с учащимися, просмотр видеоматериалов. **В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории вплетается в ткань каждого учебного**

занятия. Практическая часть включает разминку, отработку движений учащимися, составление вариаций из изученных движений и их исполнение. В конце каждого занятия учащиеся под руководством педагога анализируют свою работу, используя метод самооценки и взаимооценки.

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№	Темы занятий	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
Раздел 4.				

	Вводные занятия	1	21.09.	
	Формирование группы. Инструктаж по ТБ. Постановка корпуса.	1	28.09.	
	Теория музыки в хореографии	1	05.10	
	Музыкальный материал для русского танца. Работа с ритмическими рисунками. Знакомство с музыкальным сопровождением танца «Калинка»	2	12.10 19.10	
9.7.	Танцевальная азбука.	1	26.10	
9.8.	Анлерная гимнастика для постановки корпуса.	1	02.11.	
9.9.	Партерная гимнастика для растяжки мышц и эластичности связок.	1	09.11	
9.10.	Основные элементы молдавского народного танца.	1	16.11	
9.11.	Дорожка шагов в молдавском характере: шагом, с перескоком, с изменением направления движения, в медленном и быстром темпе.	1	23.11	
10	Разучивание русского танца «Хоровод»		30.12	
10.1.	Положение рук в танце.	1	07.12	
10.2.	Вращения, кружения в паре в русском характере.	1	14.12.	
10.3.	Вскок на полупальцы с продвижением в сторону в русском характере.	1	21.12	
10.4.	Повторение пройденных материалов	1	28.12.	
10.5.	-			
10.6	Творческая деятельность.	1	04.01	
10.7	Самостоятельное составление танцевальных комбинаций на основе изученного материала.	1	11.01.	
11.	«Танцевальная переменка» для одноклассников.			
11.1.	Танец	1	18.01	
11.2	Народный танец «Молдавская сюита»: 1.Композиция танца. Основной ход. 2. Общие танцевальные комбинации. 3. Комбинации в паре. 3. Постановка танца. 4. Отработка танца. 5. Самостоятельное техничное и артистичное исполнение танца.	1	25.01	
11.3- 11.5	Постановка тувинского танца «Аа шу декей-оо»	2	01.02 08.02	
11.6- 11.7.	Повторение тувинского танца «Аа шу декей-оо»	3	15.02. 22.02.	

			29.02	
	Постановка тувинского танца «Аьдым»	2	07.03 14.03	
12	Повторение пройденных материалов	2	21.03 28.03	
12.1. - 12.2	Основные элементы татарского народного танца	2	04.04. 11.04	
12.3- 12.4.	Постановка татарского танца «Тюбштейка»	2	11.04	
12.5.	Повторение пройденных материалов	1	18.04 25.04	
13.	Повторение и закрепление всех пройденных танцев		09.05 16.05	
13.1. - 13.2.	Итоговые занятия:	1	23.05	
13.3.	Выступление на школьном концерте	1	30.05	
14	Итоговое занятие			

№	Темы занятий	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
Раздел 4.				
1	Вводные занятия	1	01.09.	
2	Формирование группы. Инструктаж по ТБ. Постановка корпуса.	1	08.09.	
3	Теория музыки в хореографии	1	15.09	
4	Музыкальный материал для бурятского танца. Работа с ритмическими рисунками. Знакомство с музыкальным сопровождением танца «Халай»	2	22.09 29.09	
5	История танца, знакомство с костюмами; Тренаж	1	06.10	
6	Разучивание бурятского танца «Халай»	1	13.10.	
7	Повторение	1	20.10	
8	Испанский народный танец «Фламенко»	1	27.10	
9.	История танца, знакомство с костюмами. Тренаж	1	10.11	
10	Разучивание танца «Фламенко»		17.11	
11.	Повторение	1	24.11	
12.	Тувинский народный танец «Тывам»	1	01.12.	
13.	История тувинского танца	1	08.12	
14.	Танцевальные комбинации в тувинском характере	2	15.12.	
15	Повторение пройденных материалов	1	22.12	
16	Композиция танца «Русский лирический»	1	29.12.	
17	Разучивание. <i>Беседа</i> о костюмах русского лирического танца	1	05.01	
18	Повторение русского лирического танца	1	12.01	
19	Повторение русского лирического танца	2	19.01 26.01	
20.	Разучивание польского танца «Мазурка»	3	02.02. 09.02.	
21	Знакомства с историей создания танца. Информация	2	16.02	
22	История создания танца Повторение	2	23.02	
23	Повторение танцев	2	08.04 15.04	
24	Разучивание цыганского танца «Хора»	2	22.04	

25	Повторение пройденных материалов	1	29.04	
26	Повторение и закрепление всех пройденных танцев		05.05 12.05	
27	Итоговые занятия:	1		
28	Выступление на школьном концерте	1	19.05	
29	Итоговое занятие			

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№	Темы занятий	Кол-во	Дата
----------	---------------------	---------------	-------------

		часов	план	факт
Раздел 4.				
	.			
	Вводные занятия	1	01.09.	
	Формирование группы. Инструктаж по ТБ. Постановка корпуса.	1	08.09.	
	Теория музыки в хореографии	1	15.09	
	Музыкальный материал для русского танца. Работа с ритмическими рисунками. Знакомство с музыкальным сопровождением танца «Яблочко»	2	22.09 29.09	
9.7.	История танца, знакомство с костюмами; Тренаж	1	06.10	
9.8.	Разучивание танца «Яблочко»	1	13.10.	
9.9.	Повторение	1	20.10	
9.10.	Восточный народный танец «Нубия»	1	27.10	
9.11.	История танца, знакомство с костюмами. Тренаж	1	10.11	
10	Разучивание танца «Нубия»		17.11	
10.1.	Повторение	1	24.11	
10.2.	Вращения, кружения в паре в восточном характере.	1	01.12.	
10.3.	Вскок на полупальцы с продвижением в сторону в восточном характере.	1	08.12	
10.4.	Танцевальные комбинации в восточном характере	2	15.12.	
10.5.				
10.6	Мексиканский народный танец «Местизо»	1	22.12	
10.7	Знакомства с историей создания танца. Информация	1	29.12.	
11.1.	Разучивание. <i>Беседа о костюмах Мексики</i>	1	05.01	
11.2	Повторение мексиканского танца «Местизо»	1	12.01	
11.3- 11.5	Повторение мексиканского танца «Местизо»	2	19.01 26.01	
11.6- 11.7.	Татарский народный танец «Гапак»	3	02.02. 09.02.	
	Знакомства с историей создания танца. Информация	2	16.02	
12	Разучивание. <i>История создания танца</i>	2	23.02	
12.1. - 12.2	Повторение танцев «Местизо», «Гапак»	2	08.04 15.04	
12.3-		2	22.04	

12.4.				
12.5.	Повторение пройденных материалов	1	29.04	
13.	Повторение и закрепление всех пройденных танцев		05.05 12.05	
13.1. - 13.2.	Итоговые занятия:	1		
13.3.	Выступление на школьном концерте	1	19.05	
14	Итоговое занятие			

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№	Темы занятий	Кол-во	Дата
----------	---------------------	---------------	-------------

		часов	план	факт
Раздел 4.				
.				
	Вводные занятия	1		
	Формирование группы. Инструктаж по ТБ. Постановка корпуса.	1		
	Теория музыки в хореографии	1		
	Музыкальный материал для индийского танца. Работа с ритмическими рисунками. Знакомство с музыкальным сопровождением танца «Будда»	2		
9.7.	История танца, знакомство с костюмами; Тренаж	1		
9.8.	Разучивание танца «Будда»	1		
9.9.	Повторение	1		
9.10.	Цыганский народный танец «Хора»	1		
9.11.	История танца, знакомство с костюмами. Тренаж	1		
10	Разучивание танца «Хора»			
10.1.	Простейшие упражнения на изолирование движений тела	1		
10.2.	Повторение	1		
10.3.	Танцевальная программа «Япония и Китай»	1		
10.4.	Знакомства с историей создания танца.	2		
- 10.5.	Информация			
10.6	Положение стоп и основной шаг	1		
10.7	Работа над мимикой и характером в танце	1		
11.1.	Позиции рук и акценты. Повторение	1		
11.2	Повторение	1		
11.3- 11.5	Повторение мексиканского танца «Местизо»	2		
11.6- 11.7.	Татарский народный танец «Гапак»	3		
	Знакомства с историей создания танца. Информация	2		
12	Разучивание. <i>История создания танца</i>	2		
12.1. - 12.2	Повторение танцев «Местизо», «Гапак»	2		
12.3- 12.4.		2		

12.5.	Повторение пройденных материалов	1		
13.	Повторение и закрепление всех пройденных танцев			
13.1. - 13.2.	Итоговые занятия:	1		
13.3.	Выступление на школьном концерте	1		
14	Итоговое занятие			

Учебно-методические материалы.

1. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». - Киев: Музична Україна, 1985г.;
2. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». - М.: МГИУ, 2008г.;
3. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». М.: Издательство «Глобус», 2009г.;
4. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». -М.: ВЛАДОС, 2008г.;
5. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие». СПб: Детство-пресс, 2001г.
6. Учебно-методическое пособие для преподавателей танцев и ритмики «Ритмика». Пермь, 1997г.

Используемая литература.

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии».-М.: Айрис Пресс, 1999г.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». М.: ТЦ Сфера, 2009г.
3. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыка и движение. М.: Музыка, 1984. - 180 с.
4. Васильева Т. К. «Секрет танца». -С.-П.: Диамант, 1997г.
5. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы», -М.: ВАКО, 2007г.
6. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. -Волгоград: Учитель, 2008г.
7. Климов А. «Основы русского народного танца». -М.: Искусство, 1981г.
8. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание». -М.: Просвещение, 1989г.
9. Морозов. В. «В помощь педагогу-музыканту», М. Музыка, 1965. - 18 с.
10. Ерохина О.В. «Школа танцев для детей». Феникс, 2003. - 10 с.
11. Примерные программы начального общего образования. Официальный сайт Министерства образования РФ.
12. Проекты примерных (базисных) учебных программ по предметам начальной школы. Официальный сайт Министерства образования РФ
13. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг». М.: Новая школа, 1998г.
14. Сагитов С., «Методика музыкально-теоретического образования участников коллективов художественной самодеятельности», М., Музыка, 1972г.
15. Федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего образования. Приказ Министерства образования РФ «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» от 5 марта 2004 г № 1089.
16. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». -М., 2008г.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. www.dance-city.narod.ru
2. www.danceon.ru
3. www.mon.gov.ru
3. www.tangodance.by
4. www.youtube.com