

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №4 г. Ртищево Саратовской области»

«Рассмотрено»	«Согласовано»	«Утверждено»
Руководитель МО _____/Бараева О.В. Протокол №__ от «__» августа 2016 г.	Заместитель руководителя по ВР МОУ «Средняя общеобразовательная школа №4 г. Ртищево Саратовской области» _____/Тиханова А.А./ «__» августа 2016 г.	Директор МОУ «Средняя общеобразовательная школа №4 г. Ртищево Саратовской области» _____/Авдеева О.Н./ «__» августа 2016 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности  
по общекультурной направленности  
«Танцы народов России»  
(возраст обучающихся 15-16 лет)

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета протокол  
№ 1 от «\_\_» августа 2016 г.

2016– 2017 учебный год

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Танцы народов России» для обучающихся 15-16 лет разработана педагогом дополнительного образования МОУ «СОШ № 4 г.Ртищево Саратовской области» Никишиной С.Л. в соответствии с положением о рабочей программе ВД МОУ «СОШ № 4 г. Ртищево Саратовской области», с СанПин дополнительного образования 2.4.4.3122-14 от 13.10.2014 г.

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Танцы народов России»**

#### **Личностные:**

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину,

русский народ и историю России, осознание своей этнической национальной принадлежности;

- формирование ценностей многонационального российского общества .

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов России;

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения;

- развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России, творческой деятельности эстетического характера;

- эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира;

- способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры;

- уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека;

#### **Метапредметные** (регулятивные, познавательные, коммуникативные)

- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;

- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;

- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;

- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;

- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;

- определять возможные роли в совместной деятельности;

- играть определенную роль в совместной деятельности;

- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;

- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;

#### **Предметные:**

- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;

- уметь воспринимать и передавать в движении образ;

- уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные танцевальные композиции;

- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.

## Содержание курса внеурочной деятельности «Танцы народов России»

Количество часов – 234, в неделю 6,5 часов.

Формы организации и виды деятельности: постановка танца: демонстрация техники исполнения основных движений танца, отработка движений, демонстрация вариаций; знакомство с народным костюмом; просмотр видеоматериала; репетиции; презентация танца на конкурсах, фестивалях разного уровня (муниципальный, региональный) и т.д.

	Наименование раздела/темы	Количество часов	Содержание
1.	Введение	4,5	Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности.
2	Классический танец.	32,5	Освоение сложных элементов классического танца. Экзерсиса у станка и на середине зала, усовершенствование навыков координации движений.
3	Вариации народного танца.	26	Разучивание сложных элементов русской пляски: сложные хлопушки, дробь, вращения, полуприсядка, присядка. Усовершенствование навыков введения элементов русской пляски в танцевальных композициях.
4	Многообразие народного танца.	28	Разучивание танцевальных народных композиций: «Вижу, чудное приволье» (хоровод), «Ничто в полюшке не колышется», «По улице Мостовой». Отработка танцевальных движений характерных танцу.
5	История танцев разных народов.	8	Изучение истории танцев разных народов. Традиции цыганского, испанского, польского, молдавского народов.
6	Танцы разных национальностей	47	Разучивание танцевальных композиций. Танцы: «Четвера» (башкирский танец), «Чабагач» (татарский танец), «Симд» (осетинский танец), «Саха» (якутский танец). Разучивание танцевальных движений, связок и рисунков танцев.
7	Ритмопластика.	8	Основы «Школы пластики». Изучение игровых и импровизационных упражнений на развитие пластики обучающихся.
8	Гимнастика	10	Ознакомление с видами гимнастики. Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Работа с предметами гимнастики (лента, мяч, обруч и т.д.)
9	Бальные танцы	16	Разучивание бальных танцевальных композиций. Бальные танцы: «Посадобль», «Танго».
10	Современные народные танцы.	16,5	Разучивание танцевальных композиций современной направленности. Танцы в стиле модерн и современной хореографии.
11	Танцевальные игры	14	Танцевальная игра «Стартинейджер». Танцевальная программа «Танец огня». Мастер-класс «Я люблю танцевать!» Танцевальный марафон, танцевальные импровизации.
12	Индивидуальные занятия.	8,5	Отбор и работа с солистами танцевального коллектива.
13	Итоговые занятия.	4,5	Подведение итогов. Танцевальный марафон.
13	Участие в концертах.	10,5	Участие в концертах посвященных Дню милиции, 8 Марта, День матери, Дню защитника Отечества и другие мероприятия города и района.

### Тематическое планирование

№	Содержание (темы, разделы занятий)	Колл ичес т во часов	Аудиторных/ неаудиторных	Дата проведения
1	Техника безопасности в кабинете на занятиях танцевального кружка	1,5	Аудиторный	
2	Вводное занятие.ознакомление с программой курса и организация работы(утверждение расписания,форма одежды и т.д.)	1,5	Аудиторный	
3	Комплекс упражнений на развитие гибкости,пластики.	1,5	Неаудиторный	
1	Повторение экзерсиса	2	Аудиторный	
2	Battement tendu – все направления.	1,5	Неаудиторный	
3	Demi-plie в 1, 2, 5, 4 позициях.	1.5	Неаудиторный	
4	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	1,5	Неаудиторный	
5	Rond de jambe par terre на demi-plie en dehors et en dedans	2	Неаудиторный	
6	Temps releve par terre (preparation для rond de jambe par terre).	1,5	Неаудиторный	
7	Battement tendu jete - все направления.	1,5	Неаудиторный	
8	Battement frappe на 30 <sup>0</sup> , double, в позах croisee et effacee	1,5	Неаудиторный	
9	Battement fondu – все направления	2	Неаудиторный	
10	Releve на полупальцы в 1, 2, 5, 4 позициях.	1,5	Неаудиторный	
11	Battement tendu soutenu – все направления.	1,5	Неаудиторный	
12	Grand plie в 1, 2, 5, 4 позициях.	1,5	Неаудиторный	
13	Battement releve lent на 90 <sup>0</sup> , в позах croisee et effacee – все направления.	2	Неаудиторный	
14	Battement developpe – все направления.	1,5	Неаудиторный	
15	Battement developpe passe на 90 <sup>0</sup> – все направления.	1,5	Неаудиторный	
16	Battement developpe passe на 90 <sup>0</sup> – все направления.	1,5	Неаудиторный	
17	Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans.	2	Неаудиторный	
18	Temps releve на 45 <sup>0</sup> en dehors et en dedans.	1,5	Неаудиторный	
19	Plie releve с ногой, поднятой на 45 <sup>0</sup> – все направления.	1,5	Неаудиторный	
20	Demi-rond de jambe на 45 <sup>0</sup> en dehors et en dedans.	1,5	Неаудиторный	
1	Повторение элементов русской пляски	2	Аудиторный	
2	Вращения.	1,5	Аудиторный	
3	Вращения в беге.	1,5	Неаудиторный	
4	Вращения с дробью.	1,5	Неаудиторный	
5	Выпад с вращением.	2	Неаудиторный	

6	Этюдная работа.	1,5	Неаудиторный	
7	«Блинчики».	1,5	Неаудиторный	
8	«Маятник».	1,5	Неаудиторный	
9	«Молоточки».	2	Неаудиторный	
10	Этюдная работа.	1,5	Неаудиторный	
11	Хлопушка сложная.	1,5	Аудиторный	
12	Полуприсядка.	1,5	Аудиторный	
13	Присядка.	2	Аудиторный	
14	Изучение сложных построений и рисунков народного танца.	1,5	Аудиторный	
15	Этюдная работа.	1,5	Неаудиторный	
16	Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
1	<b>«Вижу ,чудное приволье» (хоровод)</b>	2	Аудиторный	
2	Освоение основного шага.Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
3	Обработка движений и связок.	1,5	Неаудиторный	
4	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
5	«Выйду на улицу»	2	Аудиторный	
6	Освоение основного шага.Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
7	Обработка движений и связок.	1,5	Неаудиторный	
8	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
9	<b>«Ничто в полюшке не колышется»</b>	2	Аудиторный	
10	Освоение основного шага.Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
11	Обработка движений и связок.	1,5	Неаудиторный	
12	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
13	<b>«По улице Мостовой»</b>	2	Аудиторный	
14	Освоение основного шага.Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
15	Обработка движений и связок.	1,5	Неаудиторный	
16	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
17	Выступление показательное.	2	Неаудиторный	
1	История и традиции башкирского танца.	1,5	Аудиторный	
2	История и традиции чувашского танца.	1,5	Аудиторный	
3	История и традиции осетинского танца.	1,5	Аудиторный	
4	История и традиции якутского народа.	2	Аудиторный	
5	История и традиции татарского народа.	1,5	Аудиторный	
1	<b>Танец «Четвера» (башкирский танец)</b>	1,5	Аудиторный	
2	Основной ход, шаг.	1,5	Неаудиторный	
3	Основной рисунок танца.	2	Неаудиторный	
4	Повороты.	1,5	Неаудиторный	
5	Движения рук.	1,5	Неаудиторный	
6	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
7	<b>Танец» Чабагач»(татарский танец).</b>	2	Аудиторный	
8	Основной ход, шаг.	1,5	Неаудиторный	
9	Основная композиция танца.	1,5	Неаудиторный	
10	Парные элементы танца.	1,5	Неаудиторный	
11	Отработка движений.	2	Неаудиторный	
12	Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
13	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
14	<b>Танец»Симд»(осетинский танец).</b>	1,5	Аудиторный	
15	Знакомство с музыкой .	2	Неаудиторный	
16	Основной ход, шаг.	1,5	Неаудиторный	
17	Техника исполнения танцевальных элементов.	1,5	Неаудиторный	
18	Работа парами.	1,5	Неаудиторный	
19	Основной рисунок танца.	2	Неаудиторный	
20	Отработка движений .Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
21	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	

22	Танец»Саха»( якутский танец)	1,5	Аудиторный	
23	Знакомство с музыкой	2	Неаудиторный	
24	Основной ход, шаг	1,5	Неаудиторный	
25	Техника исполнения танцевальных элементов	1,5	Неаудиторный	
26	Работа с бубном и другими национальными атрибутами.	1,5	Неаудиторный	
27	Основной рисунок танца.	2	Неаудиторный	
28	Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
29	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
1	Ритмические упражнения. Пластические импровизационные упражнения.	1,5	Неаудиторный	
2	Школа пластики для старшеклассников.основные элементы.	2	Неаудиторный	
3	«Новая волна» Игровые упражнения.	1,5	Неаудиторный	
4	Театр пластики. Ритмическая мозаика.	1,5	Неаудиторный	
5	Отработка движений на пластику.	1,5	Неаудиторный	
1	Спортивная гимнастика. Основные элементы.	2	Неаудиторный	
2	Художественная гимнастика. Работа с предметами художественной гимнастики.	1,5	Неаудиторный	
3	Акробатика.	1,5	Неаудиторный	
4	Растяжка.	1,5	Неаудиторный	
5	Народные элементы в гимнастике.	2	Неаудиторный	
6	Отработка и закрепление гимнастических движений.	1,5	Неаудиторный	
1	Пасодобль . История танца, костюм.	1,5	Аудиторный	
2	Освоение основных элементов пасодобля. Тренаж.	1,5	Неаудиторный	
3	Отработка движений и связок.	2	Неаудиторный	
4	Разучивание основного рисунка танца.	1,5	Неаудиторный	
5	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
6	Танго. История танца ,костюм.	1,5	Аудиторный	
7	Основные характерные движения танца, шаги.	2	Неаудиторный	
8	Работа в паре.	1,5	Неаудиторный	
9	Отработка движений и связок.	1,5	Неаудиторный	
10	Отработка всего танца.	1,5	Неаудиторный	
1	Модерн. Освоение основных элементов .	2	Аудиторный	
2	Тренаж. Отработка движений.	1,5	Неаудиторный	
3	Отработка связок. Разучивание основного рисунка танца.	1,5	Неаудиторный	
4	Комбинации и этюды.	1,5	Неаудиторный	
5	Отработка всего танца.	2	Неаудиторный	
6	Современный танец. Освоение основных элементов.	1,5	Аудиторный	
7	Тренаж. Отработка движений.	1,5	Неаудиторный	
8	Отработка связок.Разучивание основного рисунка танца.	1,5	Неаудиторный	
9	Комбинации и этюды.	2	Неаудиторный	
10	Отработка всего танца	1,5	Неаудиторный	
1	Стартинейджер.	1,5	Аудиторный	
2	Подготовка танцевальных миниатюр.	1,5	Неаудиторный	
3	Тренаж.	2	Неаудиторный	
4	Конкурсная праграмма Стартинейджера.	1,5	Неаудиторный	
5	Танцевальная праграмма « Танец Огня».	1,5	Аудиторный	
6	Подготовка танцевальных миниатюр.	1,5	Неаудиторный	
7	Тренаж.	2	Неаудиторный	

8	Танцевальный марафон.	1,5	Неаудиторный	
9	Мастер-класс « Я люблю танцевать!»	1,5	Аудиторный	
10	Импровизации.	1,5	Неаудиторный	
1	Отбор солистов.	2	Аудиторный	
2	Сольные композиции.	1,5	Неаудиторный	
3	Сольные композиции.	1,5	Неаудиторный	
4	Сольные композиции.	1,5	Неаудиторный	
5	Сольные композиции.	2	Неаудиторный	
1	Досуговые мероприятия.	1,5	Неаудиторный	
2	Подведение итогов.	1,5	Аудиторный	
3	Танцевальный марафон.	1,5	Неаудиторный	

Цели и задачи программы :

Образовательная цель программы: приобщение детей к различным видам народного танца , видам танцевального искусства.

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:

- ознакомление с основами классического танца, позициями рук и ног;
- ознакомление с основными движениями танца;
- ознакомление с историей развития русского народного танца.
- дать представление о танцевальном образе;
  - дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;

Развивающие:

- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка;
  - развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- развитие творческих способностей;
- гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение;
- развитие мышечного чувства, правильной осанки, умения управлять своим телом. Воспитательные:
- воспитание этнической компетентности, доброжелательного отношения к людям других наций.
- воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание умений работать в коллективе;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам;

Данная программа построена на изучении танцев различных народностей . Потребность в такой программе очень большая. В отличие от существующих программ по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождается высоко технически исполненной композицией, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца. Целью данной программы является не танец, а ребёнок, в котором формируется система ценностей, основанная на традиционной культуре

. Методы работы:

- Объяснительно – иллюстративный (показ элементов, объяснение, использование фольклора).
- Репродуктивный (разучивание, закрепление материала).
- Исследовательский (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).
- Метод побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).
- Метод поисковых ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

В работе с коллективом использую ТСО (технические средства обучения). (музыкальный центр, ноутбук, видеокамеру)

Ожидаемый результат:

- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- уметь воспринимать и передавать в движении образ;
- уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные композиции .
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.



Цели и задачи программы : Образовательная цель программы:  
приобщение детей к различным видам народного танца , видам танцевального искусства.

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:

- |  |            |                                     |
|--|------------|-------------------------------------|
| - ознакомление с основами классического танца, позициями рук и ног;  | Обучающие: | -                                   |
| ознакомление с основными движениями танца;   |            | -                                   |
| ознакомление с историей развития русского народного танца.   |            | - дать                              |
| представление о танцевальном образе;   |            | - дать всем детям                   |
| первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;   |            | - способствовать                    |
| Развивающие:   |            | - развитие выразительности          |
| эстетическому развитию и самоопределению ребёнка;  |            | - развитие творческих способностей; |
| и осмысленности исполнения танцевальных движений;  |            | - развитие творческих способностей; |
| -гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания; - развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение; |            |                                     |
| - развитие мышечного чувства, правильной осанки, умения управлять своим телом. Воспитательные:   |            |                                     |
| - воспитание этнической компетентности, добродетельного отношения к людям других наций.  |            |                                     |
| - воспитание культуры поведения и общения;   |            | -                                   |
| воспитание умений работать в коллективе;   |            | - привитие                          |
| интереса к занятиям, любовь к танцам;  |            |                                     |

Актуальность и новизна данного образовательного курса заключается в том, что у современных школьников ярко выражен интерес к танцевальному искусству, и мы, взрослые, должны сделать всё, чтобы приобщить детей к творческой деятельности. Вместе с детьми создаём ритмические импровизации, танцевальные композиции, а также народные костюмы. Коллективные творческие проекты дети демонстрируют на народных праздниках, концертах.

Данная программа построена на изучении танцев различных народностей . Потребность в такой программе очень большая. В отличие от существующих программ по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождается высоко техникой исполненной композицией, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца. Целью данной программы является не танец, а ребёнок, в котором формируется система ценностей, основанная на традиционной культуре.

Методы работы:

- (показ элементов, объяснение, использование фольклора).
- Репродуктивный (разучивание, закрепление материала).

▪ Объяснительно – иллюстративный

▪

Исследовательский (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).

▪ Метод

побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).

▪ Метод поисковых

ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

В работе с коллективом использую ТСО (технические средства обучения). (музыкальный центр, ноутбук, видеокамеру)

Ожидаемый результат:

▪ танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы; ▪ уметь воспринимать и передавать в движении образ; ▪ уметь

импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па»;

▪ понимать и чувствовать

ответственность за правильное исполнение в коллективе.