

Принята  
на заседании педагогического совета  
МБОУ «ЦО – гимназия № 1»  
(протокол № 1 от «30» августа 2021г.)

Утверждаю:  
Директор МБОУ «ЦО – гимназия № 1»  
Пономарев А.В.  
Приказ № 66-ах от «30» августа 2021г.

**Рабочая программа**  
**внеурочной деятельности**  
**в соответствии с ФГОС**  
**МБОУ «ЦО – гимназия №1»**  
**на 2021-2022 учебный год**

**Направление: общекультурное**  
**Курс: «Народные танцы» (5 классы)**

г.Тула  
2021 год

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Введение

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому **главная задача педагога** – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Данная программа построена на изучении русского танца. Потребность в такой программе очень большая. Помимо созданий образов сопровождающихся высокотехничным исполнением композиции в программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца. Целью данной программы является ребенок, в котором формируется система ценностей, основанная на традиционной русской культуре.

### **Педагогическая целесообразность Программы.**

Весь образовательный цикл делится на две ступени.

На первой ступени основное внимание уделяется формированию начального танцевального опыта, знакомству с простейшими танцевальными элементами, развитию музыкального слуха и чувства ритма, координации движений. Дети знакомятся с народной культурой, осваивают технику русского народного танца.

На второй ступени обеспечивается закрепление материала пройденного ранее, знакомство с более сложными танцевальными элементами, развитие музыкального слуха и чувства ритма, координации движений. Продолжается изучение традиций народной культуры. Создаются условия для проявления творческой инициативы.

Данная программа построена на основе изучения трёх видов русского танца. Предложенная программа является вариативной, комплексной, т.е. при возникновении необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий, времени прохождения материала.

К основным методам, используемым в работе, относятся:

- ✓ 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 деятельности). Данная образовательная программа по хореографии (без специального отбора учащихся, в отличие от специализированных учреждений) рассчитана на год и предполагает проведение занятий с детьми младшего школьного возраста.

Содержание программы распределено таким образом, что в учебном году воспитанники овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

**Цель программы** – создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка, формирование духовно-нравственной личности ребенка средствами хореографического искусства, на основе традиционных ценностей отечественной культуры.

В соответствии с данной целью выдвинуты следующие **задачи**:

1. Воспитывать бережное отношение, уважение к традициям русской культуры, к русскому танцу, костюму.
2. Сформировать систему ценностей традиционной отечественной культуры:
  - ценностное отношение к матери.
  - ценность семьи и традиционных семейных отношений.
  - ценность родной земли, Родины.
  - ценность трудолюбия и труда.
  - ценность здорового образа жизни.
4. Формировать первоначальные представления о танце как части целостного и многообразного мира искусства
5. Осваивать с детьми доступные им средства и способы выразительности танцевального искусства.
6. Развивать технические и физические качества детей (в том числе внимание, память, воображение, пластичность, гибкость мышц, координацию движений).
7. Выявлять и развивать творческие способности каждого ребенка.
8. Осуществлять психофизическое оздоровление детей, психологическую коррекцию и адаптацию детей в процессе различных видов хореографической деятельности.
9. Знакомить детей с шедеврами танцевального искусства.
  - знакомство с русскими народными танцами.
  - самостоятельное исполнение танцевальных миниатюр, композиций и инсценировок.
  - развитие творческих способностей.

Так как занимаются дети с разной хореографической подготовки, поэтому программой предусмотрены следующие **формы занятий**:

- групповые;
- подгрупповые;
- индивидуальные;
- репетиционные.

#### **Режим занятий:**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, в учебном году – 70 занятий.

Кроме занятий, проводимых по учебному плану практикуется:

- Проведение интегрированных занятий;
- Участие детей в районных конкурсах, фестивалях, участие в городских мероприятиях.

Индивидуальные занятия проводятся 1 раз в месяц.

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие **основные принципы**:

- *наглядность* – демонстрация упражнений педагогом, образный рассказ, имитация движений;

- *доступность* – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- *систематичность* – регулярность занятий с постепенным увеличением количества упражнений, усложнением способов их выполнения;
- *индивидуальный подход* – учет особенностей восприятия каждого ребенка;
- *увлеченность* – каждый должен в полной мере участвовать в работе;
- *сознательность* – понимание выполняемых действий, активность.

Работа с учащимися и создание для них наиболее благоприятных условий развития может осуществляться разными путями с использованием различных методов и приемов, выбор которых связан с интересам и особенностям самого педагога и его мастерством.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы хореографического кружка народного танца после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты

#### **Учащийся будет знать:**

- единые требования о правилах поведения в хореографическом классе и требования к внешнему виду на занятиях;
- термины азбуки классического танца новые обозначения классических элементов и связок;
- хореографические названия изученных элементов.
- сведения о новых направлениях и виды хореографии в музыке

#### **Воспитанник будет уметь:**

- выполнять движения и комбинации на середине зала в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- выражать образ с помощью движений;
- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии классического танца;
- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы классического танца;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями;
- самостоятельно и грамотно выполнять движения народного танца;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции.

Контроль знаний и умений учащихся проводится на отчетном концерте в конце учебного года.

### **Учебный план**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание</b>	<b>Объём</b>	<b>Теоретическая часть</b>	<b>Практическая часть</b>	<b>Отслеживание результатов</b>
<b>1 год</b>					
1.	Введение. Изучение основных элементов русского народного танца.	6	2	4	Беседа об истории русского танца.
2.	Местные особенности некоторых элементов русского танца.	5	2	3	Игра «Петя шел, шел, шел»
3.	Хоровод – один из основных жанров	8	2	6	«Дымковская сказочная

	русского народного танца.				страна»
4.	Основные фигуры хороводов.	8	2	6	Беседа «Золотая Хохлома»
5.	Местные особенности исполнения хороводов.	5	2	3	«Беседа Русские умельцы».
6.	Концертная деятельность.	2	-	2	Концерты, фестивали.
<b>Общее количество часов:</b>		<b>34</b>			
<b>2 год</b>					
7.	Разучивание различных сложных движений и танцевальных комбинаций.	8	2	6	Беседа «Мир русской культуры»
8.	Пляска – один из основных жанров русского народного танца.	6	1	5	Беседа о быте русского народа «Самовар и чаепитие на Руси»
9.	Характерные черты исполнения русской народной пляски.	8	3	5	Игра «Ярмарка»
10.	Виды русской народной пляски. Основные фигуры пляски.	6	6	Беседа «Чудо русской игрушки»	
11.	Выходка. Проходка.	4	1	3	Народный фольклор: прибаутки, частушки
12.	Концертная деятельность.	2	-	2	Концерты, фестивали.
<b>Общее количество часов:</b>		<b>34</b>			
<b>3 год</b>					
13.	Массовый пляс.	8	2	6	Беседа «Современный русский костюм»
14.	Местные особенности исполнения групповых плясок.	4	1	3	Беседа «Народные умельцы»
15.	Русская кадриль. Формы построения кадрилей.	6	2	4	Беседа «Традиции русского застолья. Самовар»
16.	Местные особенности построения кадрилей.	6	2	4	Экскурсия в комнату русского быта «горенку»
17.	Продолжение	8	3	5	Беседа

	разучивания сложных движений и танцевальных комбинаций.				«Русская Гжель»
18.	Концертная деятельность.	2	-	2	Концерты, фестивали.
<b>Общее количество часов:</b>		<b>34</b>			

### Содержание разделов Программы

Первый год обучения пронизан сквозной темой «РУСЬ ИЗНАЧАЛЬНАЯ». Дети познают окружающий мир с помощью хореографической пластики. Педагог преподносит основу танца и на основе пройденного материала создает наибольшие танцевальные композиции. Импровизируя, дети раскрывают свой внутренний мир, воплощая свои фантазии в маленьких хореографических зарисовках.

Хореографический материал на древнейших видах русских народных танцев: пляски-игры, отображающие трудовые процессы. Хороводы своими рисунками олицетворяют солнце, землю, воду, воздух, поэтому их можно отнести к танцам культового происхождения. При распространении на Руси христианства, древнеславянские празднества не исчезли окончательно, а приспособились к новой религии и частично дошли до наших дней (обряд проводов Масленицы, день Ивана Купала и т. д.) На основе этого материала дети создают хореографические композиции, этюды.

#### **1. Введение. Изучение основных элементов русского народного танца. (6ч.)**

Организационная работа. Танцевальная азбука. Основные положения ног. Основные положения рук. Комбинированные положения рук. Инструктаж по технике безопасности. Беседа об истории русского танца.

Поклоны: простой поклон на месте; простой поклон с шагами вперед и отход назад; празднично-обрядовый хороводный поклон.

Навыки обращения с платком.

Основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

#### **2. Местные особенности некоторых элементов русского танца. (5ч.)**

Игра «Петя шел, шел, шел». Притопы – удары всей стопой в пол: на сильную долю одной ногой; на слабую долю (синкопа) одной ногой; двумя ногами (печатка). «Гармошка», «Елочка», «Припадание».

#### **3. Хоровод – один из основных жанров русского народного танца. (8 ч.)**

Ходы: шаркающий – скользящий; ход уральской «Шестеры»; ход сибирской восьмерки; воронежский девичий ход; ход саратовской пляски «Карачанка». Характеристика и определение хоровода. Примеры игровых хороводов.

#### **4. Основные фигуры хороводов. (8 ч.)**

Беседа «Золотая Хохлома». Примеры орнаментальных хороводов: круг, два круга, «круг в круге», «корзиночка», «восьмёрка», «улитка», «змеяка», колона, стенка, «воротики», «гребень».

#### **5. Местные особенности исполнения хороводов. (5 ч.)**

Беседа «Русские умельцы».

Примеры исполнения хороводов.

1. Север России.

2. Средняя полоса России.

3. Юг России.

Упражнения на координацию в танце, как в отдельных элементах, так и в танцевальных комбинациях.

#### **6. Концертная деятельность. (2 ч.)**

Концерты, фестивали.

**Второй год обучения** пронизан темой «НА СВЯТОЙ РУСИ». Хореографический материал базируется на русских народных танцах: массовых и сольных. К массовым танцам относятся хороводы, всевозможные виды кадрили. К сольным танцам относится перепляс и

парные пляски. На уроках дети знакомятся с парным танцем. Сочиняют композиции и этюды развернутого вида.

**7. Разучивание различных сложных движений и танцевальных комбинаций. (8 ч.)**

Беседа «Мир русской культуры». Изучение основных элементов: бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы. Изучение танцевальных движений: дробь, хлопушка, подготовка к присядке, полуприсядка, полная присядка, подбивка, голубец.

**8. Пляска – один из основных жанров русского народного танца. (6 ч.)**

Беседа о быте русского народа «Самовар и чаепитие на Руси». История развитие пляски. Отличительные черты её исполнения. Песня и музыкальное сопровождение пляски. Импровизация – характерная черта русской пляски. Парная пляска. Образ русского человека в пляске.

**9. Характерные черты исполнения русской народной пляски. (8 ч.)**

Игра «Ярмарка».

- Одиночная пляска.
- Парная пляска.
- Групповая пляска.

**10. Виды русской народной пляски. Основные фигуры пляски. (6 ч.)**

Беседа «Чудо русской игрушки».

Перепляс – форма построения традиционного русского перепляса. Появление частушек в переплясе.

**11. Выходка. Проходка. (4 ч.)**

Народный фольклор: потешки, прибаутки, частушки. Понятие «выходка» как конкретное, индивидуальное, импровизируемое движение в различных плясках. Общее понятие выходки как единого стиля, единой манеры исполнения одиночной пляски и ее различных движений и приемов, объединенных индивидуальностью и характером исполнения. Проходка как индивидуальное, импровизированное движение в различных плясках, исполняющееся обязательно в продвижении. Проходка как определенная часть пляски.

**12. Концертная деятельность. (2 ч.)**

Концерты, фестивали.

Сквозная тема **третьего года обучения** – «РОССИЯ В ЗЕРКАЛЕ МИРОВОЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ КУЛЬТУРЫ». В задачи этого года входит знакомство детей с танцами народов мира. Изучается более трудный технически хореографический материал. Дети творят на базе всего пройденного материала. Занятия по хореографии развивают у ребенка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

**13. Массовый пляс. (8 ч.)**

Беседа «Современный русский костюм». Фигуры пляски: «звездочка», «шен» (перехватка), «карусель», «челнок» («качели»), «ручеек», «волна». Групповая пляска.

**14. Местные особенности исполнения групповых плясок. (4 ч.)**

Беседа «Народные умельцы». Примеры исполнения групповых плясок (фрагменты) различных областей России.

1. Дробь: дробь в «три» листика (жен.); дробь «хромого» (муж.).
2. Комбинированные вращения: дробью (жен.); с «хлопками» (муж.); с «моталочкой».

**15. Русская кадрили. Формы построения кадрилей. (6 ч.)**

Беседа «Традиции русского застолья. Самовар».

- «Веревочка» с переборами тройная;
- «Косичка»;
- «Ключи» - смешанные.
- «Закладки» с продвижением;
- «Закладки» на месте;
- Вращения.

Происхождение кадрили, ее появление в России как бального танца. Превращение солонной кадрили в один из видов русской народной пляски. Огромное разнообразие манеры исполнения кадрилей в различных местностях и областях России.

**16. Местные особенности построения кадрилей. (6 ч.)**

Экскурсия в комнату русского быта «горенку». Деление кадрилией на группы, по форме их построения: квадратные (угловые или по углам), линейные (двухрядные), круговые.

Примеры исполнения кадрилией или фрагментов:

- Квадратные – Саратовская кадриль, Сибирская кадриль.
- Линейные – «Зеленгинская кадриль» (Астрах. обл.)
- Круговые – «Галя» (Брянская обл.), «Кубанская круговая».

### **17. Продолжение разучивания сложных движений и танцевальных комбинаций. (8 ч.)**

Беседа «Русская Гжель».

- «Ползунок» - вперед, в сторону в полном приседе.
- Вращение: на полупальцах (с продвижением по диагонали); бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте по диагонали, с продвижением по кругу).
- Дроби: «разговорная» женская; дробь мужская с хлопками (комбинированная).
- Прыжки «щучка» - прыжок через ногу.

### **18. Концертная деятельность. (2 ч.)**

Концерты, фестивали.

В рамках предложенных тем реализуются основные направления воспитательной деятельности:

#### **1. Гражданское воспитание** включает:

– формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;

– развитие культуры межнационального общения;

– формирование приверженности идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов;

– воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;

– развитие правовой и политической культуры детей, расширение конструктивного участия в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;

– развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;

– формирование стабильной системы нравственных и смысловых установок личности, позволяющих противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, коррупции, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

– разработку и реализацию программ воспитания, способствующих правовой, социальной и культурной адаптации детей, в том числе детей из семей мигрантов.

#### **2. Патриотическое воспитание** предусматривает:

– формирование российской гражданской идентичности;

– формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания;

– формирование умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;

– развитие уважения к таким символам государства, как герб, флаг, гимн Российской Федерации, к историческим символам и памятникам Отечества;

– развитие поисковой и краеведческой деятельности, детского познавательного туризма.

#### **3. Духовно-нравственное воспитание** осуществляется за счет:

– развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);

– формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра;

– развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;



- содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов;
- оказания помощи детям в выработке моделей поведения в различных трудных жизненных ситуациях, в том числе проблемных, стрессовых и конфликтных.

#### **4. Эстетическое воспитание** предполагает:

- приобщение к уникальному российскому культурному наследию, в том числе литературному, музыкальному, художественному, театральному и кинематографическому;
- создание равных для всех детей возможностей доступа к культурным ценностям;
- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;
- приобщение к классическим и современным высокохудожественным отечественным и мировым произведениям искусства и литературы;
- популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей;
- сохранение, поддержки и развитие этнических культурных традиций и народного творчества.

#### **5. Физическое воспитание**, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия включает:

- формирование ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;
- формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;
- развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек;

#### **6. Трудовое воспитание** реализуется посредством:

- воспитания уважения к труду и людям труда, трудовым достижениям;
- формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей;
- развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
- содействия профессиональному самоопределению, приобщения к социально значимой деятельности для осмысленного выбора профессии.

#### **7. Экологическое воспитание** включает:

- развитие экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира;
- воспитание чувства ответственности за состояние природных ресурсов, умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии.

#### **8. Ценности научного познания** подразумевает:

- содействие повышению привлекательности науки для подрастающего поколения, поддержку научно-технического творчества детей;
- создание условий для получения детьми достоверной информации о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, повышения заинтересованности подрастающего поколения в научных познаниях об устройстве мира и общества.

### **Планируемые результаты.**

#### ***В обучающей сфере:***

Данная программа дает возможность сформированность у детей эмоционально – ценностные отношения к русскому танцу, культуре и традициям России, показателями которого можно считать:

- Наличие устойчивого интереса к процессу освоения танцевального наследия;
- Активная познавательная позиция ученика, участника;
- Широкая информированность;
- Овладение опытом творческой деятельности.

#### ***В воспитательной сфере:***

Программа рассчитана на обычных детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству. Поэтому педагог должен выработать единый образовательный стандарт, который может освоить средний ребенок.

Главное для педагога – научить детей красиво и правильно держаться, свободно двигаться и ориентироваться в пространстве.

***В развивающей сфере:***

Совершенствование обучающихся хореографических навыков и умений самостоятельной работы;

развитие творческих способностей учащихся в процессе подготовки танцевальных номеров и выступления на школьных праздниках, муниципальных и межмуниципальных областных фестивалях хореографических коллективов «Звезды Балтики»;

умений применять на практике танцевальное мастерство и актерские навыки полученных в ходе обучения.

**Формы подведения итогов реализации Программы:**

Основным критерием эффективности Программы «Русский танец» выступает критерий сформированности у детей эмоционально – ценностного отношения к русскому танцу, культуре и традициям Родины, показателями которого можно считать:

- наличие устойчивого интереса к процессу освоения танцевального наследия;
- активная познавательная позиция ученика; участника;
- широкая информированность;
- овладение опытом творческой деятельности.

Программа рассчитана на обычных детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству. Поэтому педагог должен выработать единый образовательный стандарт, который может освоить средний ребенок.

Главное для педагога – научить детей красиво и правильно держаться, свободно двигаться и ориентироваться в пространстве.

## Календарный учебный график

Календарные месяцы	Содержание	Цели и задачи	Методы и приёмы	Наглядность
<b>1 год</b>				
<i>Раздел 1. «Русский танец» связь с другими предметами. Изучение основных элементов русского танца.</i>				
<b>Сентябрь</b>	Тема 1. Организационная работа. Тема 2-3. Танцевальная азбука. Основные положения ног. Основные положения рук. Комбинированные положения рук. Поклоны: *простой поклон на месте; *простой поклон с шагами вперед и отход назад; *празднично-обрядовый хороводный поклон.	Приобретение начального танцевального опыта. Знакомство с простейшими танцевальными элементами, развитие музыкального слуха и чувства ритма, координации движений.	Рассказ, поиск информации, работа с источником, учебной литературой, фото и видео материалом.	Видео материал об истории русского костюма.
<b>Октябрь</b>	Тема 4. Навыки обращения с платком. Основные шаги: *простой шаг (с продвижением вперед, назад); *переменный шаг (с продвижением вперед, назад); *переменный шаг с притопом; *переменный шаг с каблука. притоп; - переступка; - дробный притоп; - моталочка с соскоком на две ноги.	Знакомство с народной культурой, осваивание техники русского народного танца.	Поиск информации, объяснение.	Видео материал. Ансамбль народного танца «Березка».
<i>Раздел 2. Местные особенности исполнения элементов русского танца.</i>				
<b>Ноябрь</b>	Тема 5. Притопы – удары всей стопой в пол: - на сильную долю одной ногой; - на слабую долю (синкопа) одной ногой; - двумя ногами (печатка).	Знакомство с простейшими элементами народного танца.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, использование технологий интернета, оформление материала.	Видео материал. Народный ансамбль танца «Гжель».
<b>Декабрь</b>	Тема 6. «Гармошка».	Формировать знания по	Поиск информации,	Видео материал.

	«Елочка». «Припадание».	выполнению элементов народного танца и умение согласовывать движения с музыкой.	объяснение, обобщение материала, использование технологий интернета, оформление материала.	Народный ансамбль танца Игоря Моисеева
<b><i>Раздел 3. Хоровод – один из основных жанров русского народного танца.</i></b>				
<b>Январь</b>	Тема 7. Ходы: -шаркающий – скользящий; -ход уральской «Шестеры»; -ход сибирской восьмерки; -воронежский девичий ход; -ход саратовской пляски «Карачанка».	Формировать умения передвигаться по определенной площадке и в определенном рисунке, запоминая изменения рисунка.	Показ движений. Объяснение.	Видео материал. Ансамбль танца «Березка».
<b>Февраль</b>	Тема 8. Характеристика и определение хоровода. Примеры игровых хороводов.	Формировать умение воспринимать и передавать в движении образ.	Показ движений. Объяснение, обобщение материала, использование интернета.	Видео материал. Ансамбль танца «Березка».
<b><i>Раздел 4. Основные фигуры хороводов</i></b>				
<b>Март</b>	Тема 9. Примеры орнаментальных хороводов. 1. Круг. 2. Два круга. 3. «Круг в круге». 4. «Корзиночка». 5. «Восьмёрка».	Формировать умения передвигаться по определенной площадке и в определенном рисунке, запоминая изменения рисунка.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, использование интернет-технологий, оформление материала.	Показ материала народные промыслы. «Золотая Хохлома». «Русский костюм».
<b>Апрель</b>	6. «Улитка». 7. «Змейка». 8. Колона. 9. Стенка. 10. «Воротики». 11. «Гребень».	Формировать интерес к выполнению движений в характере музыки.	Рассказ, поиск информации, работа с источником, учебной литературой, фотоматериалом. Информационно-рецептивный метод.	Видео показ выступлений прославленных народных ассамблей танца.
<b><i>Раздел 5. Местные особенности исполнения хороводов.</i></b>				
<b>Май</b>	Тема 10. Примеры исполнения хороводов.	Формировать художественный	Применение	Видео показ

	1. Север России. 2. Средняя полоса России. 3. Юг России. Тема 11. Упражнения на координацию в танце, как в отдельных элементах, так и в танцевальных комбинациях.	вкус на примере народных образов танцевально – песенного материала.	традиционных особенностей русских костюмов, при изготовлении костюма.	выступлений прославленных народных ассамблей танца.
<b>Раздел 6. Концертная деятельность.</b>				
	Тема12. Концертно-игровая программа «Вместе мы сила». Тема13. Викторина «Путешествие в мир танца».	Демонстрировать умения ритмично двигаться, соблюдая колорит и удаль русской души.	Применение традиционных особенностей русских костюмов, при изготовлении костюма.	Видео показ выступлений
<b>2 год.</b>				
<b>Раздел 7. Разучивание различных, сложных движений русской пляски и танцевальных движений.</b>				
<b>Сентябрь</b>	Тема 15. Изучение основных элементов. - Бег. - «Молоточки». - «Веревочка». - «Ковырялочка» - «Маятник». - «Моталочка». - Переборы.	Формирование танцевальных навыков.	Рассказ, поиск информации, работа с источником, учебной литературой, фотоматериалом. Информационно-рецептивный метод.	Видео показ выступлений детских ансамблей танца.
<b>Октябрь</b>	Тема 16. Изучение танцевальных движений. - Дроби. - Хлопушка. - Подготовка к присядке. - Полуприсядка. - Полная присядка. - Подбивка. - Голубец.	Формировать музыкальный вкус на примере народных образцов танцевально – песенного материала.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, использование Интернет технологий, оформление материала.	Видео показ выступлений прославленных народных ассамблей танца.
<b>Раздел 8. Пляска – один из основных жанров русского народного танца.</b>				
<b>Ноябрь</b>	Тема 17. - История развитие пляски. - Отличительные черты её исполнения. - Песня и музыкальное сопровождение пляски.	Формировать знания возникновения и развития русской пляски. Развивать у детей свободу	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, использование	Видео показ выступлений прославленных народных

		движений, чувство пространства, образное мышление.	технологий интернета, оформление материала.	ассамблей
<b>Декабрь</b>	Тема 18. - Импровизация – характерная черта русской пляски. - Парная пляска. - Образ русского человека в пляске.	Формировать знания импровизации. Уметь импровизировать на основе освоенных движений, а также придумать собственные оригинальные «па».	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, использование, Интернет технологий.	Видео показ выступлений прославленных народных ассамблей танца.
<b><i>Раздел 9. Характерные черты исполнения русской народной пляски.</i></b>				
<b>Январь</b>	Тема 19. - Одиночная пляска.	Формировать умения импровизировать под знакомую и незнакомую музыку.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала.	Видео показ выступлений прославленных народных ассамблей танца.
<b>Февраль</b>	Тема.20. - Парная пляска. - Групповая пляска.	Формировать умения воспринимать и передавать в движении образ.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, оформление танцевального материала, составление анкет.	Видео показ выступления прославленного народного ансамбля танца Сибири.
<b><i>Раздел 10. Виды русской народной пляски.</i></b>				
<b>Март</b>	Тема 21. Перепляс – форма построения традиционного русского перепляса.	Формирование знаний основных фигур групповых плясок, их местные особенности исполнения и манеру исполнения в различных областях России	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, оформление танцевального материала.	Видео показ выступлений прославленных народных ансамблей танца.
<b>Апрель</b>	Тема 22. Появление частушек в переплясе.	Формировать интерес учащихся к русскому фольклору.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала использование интернет технологий.	Видео показ выступлений прославленных народных ансамблей танца.
<b><i>Раздел 11. Выходка. Проходка.</i></b>				
<b>май</b>	Тема 23.	Формировать навыки и умения	Поиск информации,	«Лики родной

	<p>- Понятие « выходка» как конкретное, индивидуальное, импровизируемое движение в различных плясках.</p> <p>- Общее понятие выходки как единого стиля, единой манеры исполнения одиночной пляски и ее различных движений и приемов, объединенных индивидуальностью и характером исполнения.</p>	<p>импровизировать под знакомую и незнакомую музыку.</p> <p>Развивать практические навыки в сочинении комбинаций.</p>	<p>объяснение, обобщение материала, оформление хореографического материала</p> <p>использование интернет технологий.</p>	<p>земли» произведения русских умельцев.</p>
	<p>Тема 24.</p> <p>- Проходка как индивидуальное, импровизированное движение в различных плясках, исполняющееся обязательно в продвижении.</p> <p>- Проходка как определенная часть пляски.</p>	<p>Совершенствовать знания и умения импровизировать под знакомую и незнакомую музыку.</p>	<p>Поиск информации, объяснение, оформление танцевального материала, использование интернет технологий.</p> <p>Видео</p>	<p>Видео показ выступлений прославленных народных ансамблей танца</p>
<b>Раздел 12. Концертная деятельность</b>				
	<p>Тема 25. Викторина «Путешествие в мир танца».</p> <p>Тема 26. Выступления на концертах, конкурсах, фестивалях.</p>	<p>Ориентировка на творческое самовыражение, реализации знаний и умений в широких масштабах (концерты, конкурсы, фестивали).</p>	<p>Оформление танцевального материала.</p>	<p>Видео материал выступлений.</p>
<b>3 год.</b>				
<b>Раздел 13. Массовый пляс.</b>				
<b>Сентябрь</b>	<p>Тема 27. Фигуры пляски.</p> <p>- «Звездочка».</p> <p>- «Шен» (перехватка).</p> <p>- «Карусель».</p> <p>- «Челнок» («качели»).</p> <p>- «Ручеек».</p> <p>- «Волна».</p>	<p>Формирование знаний основных фигур групповых плясок, их местные особенности исполнения и манеру исполнения в различных областях России</p>	<p>Поиск информации, объяснение, обобщение материала, оформление танцевального материала.</p>	<p>Видео показ выступлений прославленных народных ансамблей танца.</p>
<b>Раздел 14. Местные особенности исполнения групповых плясок.</b>				
<b>Октябрь</b>	<p>Тема 29. Примеры исполнения групповых плясок (фрагменты) различных областей России.</p> <p>Тема 30. Русский танец костромской области.</p>	<p>Формирование знаний основных фигур групповых плясок, их местные</p>	<p>Поиск информации, объяснение, обобщение материала,</p>	<p>Видео показ выступлений Прославленного</p>

	<p>Основные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дробный ключ;</li> <li>- веревочка с переступаниями;</li> <li>- галоп;</li> <li>- моталочка;</li> <li>- ковырялочка с поворотом и притопом;</li> <li>- двойная верёвочка;</li> <li>- хлопки по голенищу и колену;</li> <li>- припадание;</li> <li>- боковая присядка;</li> <li>- припляс;</li> <li>- присядка с хлопками по подошве;</li> <li>- дробный притоп;</li> <li>- переступка;</li> <li>- дробный притоп;</li> <li>- моталочка с соскоком на две ноги.</li> </ul>	особенности исполнения и манеру исполнения в различных областях России	использование интернет технологий, оформление материала.	Кубанского казачьего хора
<b>Ноябрь</b>	<p>Тема 31. 1. Дроби:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дробь в «три» листика (жен.);</li> <li>- дробь «хромого» (муж.).</li> </ul> <p>Тема 32. Комбинированные вращения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дробью (жен.);</li> <li>- с «хлопками» (муж.);</li> <li>- с «моталочкой».</li> </ul>	Формирование знаний основных фигур групповых плясок, их местные особенности исполнения и манеру исполнения в различных областях России.	Поиск информации, объяснение.	Видео показ выступлений прославленных народных ансамблей танца.
<b>Декабрь</b>	<p>Тема33.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Веревочка» с переборами тройная;</li> <li>-«Косичка»;</li> <li>- «Ключи» - смешанные.</li> <li>- «Закладки» с продвижением;</li> <li>- «Закладки» на месте;</li> <li>- Вращения.</li> </ul>	Формирование знаний основных фигур групповых плясок, их местные особенности исполнения и манеру исполнения в различных областях России.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, оформление танцевального материала.	Видео показ выступлений прославленных народных ансамблей танца.
<b>Раздел 15. Русская кадриль.</b>				
<b>Февраль</b>	<p>Тема 34.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Происхождение кадрили, ее появление в России как бального танца.</li> <li>- Превращение солонной кадрили в один из видов</li> </ul>	Формировать знания и умения по подбору материала, составлению презентации и написанию исследовательской	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, оформление танцевального	Видео показ выступлений прославленных народных ансамблей



	<p>русской народной пляски. Тема 35. Огромное разнообразие манеры исполнения кадрилей в различных местностях и областях России. Русский танец астраханской области. Тема 36. Основные движения в танцах астраханской области: - «качалочка»; - перескоки с выносом ноги на каблук; - присядка с переводом из первой выворотной позиции во вторую обратную позицию; - гармошка с выносом ноги на каблук вперёд, в сторону; - гармошка; - переход.</p>	работы	материала, составление анкет.	танца.
<b><i>Раздел 16. Местные особенности исполнения кадрилей</i></b>				
<b>Март</b>	<p>Тема 37. Деление кадрилей на группы, по форме их построения: - квадратные (угловые или по углам). - линейные (двухрядные); - круговые.</p>	Формировать навыки воспринимать и передавать в движении образ.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, оформление танцевального материала, составление анкет.	Видео показ выступления ансамбля народного танца Игоря Моисеева.
	<p>Тема 38. Примеры исполнения кадрилей или фрагментов. - Квадратные – Саратовская кадриль, Сибирская кадриль. - Линейные – «Зеленгинская кадриль» Тема 39. Формировать навыки воспринимать и передавать в движении образ. (Астрах. обл.) - Круговые – «Галя» (Брянская обл.), «Кубанская круговая». Тема 40. Основные движения в танцах смоленской области: - «присядка»; - «простая дробь»; - «ковырялочка с притопом»; - «дробь с подскоком»; - «голубец с притопом»; - «дробь с притопом»; - «хлопки с поворотом»; - «дробь с двумя притопами»; - «метёлочка с одной ноги»; - «тройной притоп»; - «перебор с хлопками»; -</p>	Формировать навыки воспринимать и передавать в движении образ.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, оформление танцевального материала, составление анкет.	

	«ползунок».			
<b>Раздел 17. Продолжение разучивание сложных движений и танцевальных комбинаций</b>				
<b>Апрель</b>	<p>Тема 41.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Ползунок» - вперед, в сторону в полном приседе.</li> <li>- Вращение: <ul style="list-style-type: none"> <li>- на полупальцах (с продвижение по диагонали);</li> <li>- бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте по диагонали, с продвижением по кругу).</li> </ul> </li> <li>- Дроби: <ul style="list-style-type: none"> <li>- «разговорная» женская;</li> <li>- дробь мужская с хлопками (комбинированная).</li> </ul> </li> <li>- Прыжки «щучка» - прыжок через ногу</li> </ul>	Развивать технические способности.	Поиск информации, объяснение, обобщение материала, оформление танцевального материала. Использование интернет технологий.	«Лики родной земли» произведения российских художников.
<b>Раздел 18. Концертная деятельность</b>				
<b>Май</b>	<p>Тема 42. «Страна волшебная». Русский танец смоленской области. Основные положения рук в танцах смоленской области.</p> <p>Тема 43. Основные ходы в танцах смоленской области: - «шаркающий ход»; - «переменный шаг»; - переменный ход назад; - переменный быстрый шаг; - шаги с приплясом; - пружинистый переменный шаг; - шаг с выносом ноги на каблук; - лёгкий бег</p>	Понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.	Поиск информации, обобщение материала, оформление танцевального материала.	Видео показ выступлений
	Тема 44. Итоговое занятие «Круглый стол вопросов и ответов».	Формировать навыки воспринимать и передавать в движении образ.		
	Тема 45. Литературная конкурсная-игровая программа «На танцевальной орбите».			

