

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных  
предметов № 122

Рассмотрено и принято на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1 от 29.08 2023 г.

«Утверждаю»  
И.о. директора МАОУ СОШ с  
углубленным изучением отдельных  
предметов № 122  
Злоказова А.В.  
приказ № 90 от «31» 08 2023г.



**Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа  
Художественно-эстетической направленности  
«Студия народных танцев «Сказка»**

Возраст обучающихся: 7-10 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Подвальнюк Вероника Павловна  
Педагог дополнительного образования

Екатеринбург

## Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции.
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и Организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14 (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Письмо Минобрнауки России Методические рекомендации по проектированию общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18 ноября 2015 г. № 09-3242.

**Направленность программы** «Народный танец» по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначению – досуговой, учебно - познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, общедоступной.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Русский танец является одним из наиболее распространенных и древних видов народного творчества. Он возник на основе трудовой деятельности человека и тесно связан с различными сторонами народного быта, обычаями, обрядами, верованиями. В танце народ передает свои мысли, чувства, настроения, отношения к жизненным явлениям. Развитие русского народного танца тесно связано с историей русского народа. Каждая новая эпоха, новые политические, экономические, административные и религиозные условия отражались в формах общественного сознания, в том числе и в народном творчестве. Все это несло с собой известные перемены в быту русского человека, что в свою очередь накладывало отпечаток и на танец, который на многовековом пути своего развития не раз подвергался различным изменениям. Происходила эволюция танцевальных форм, отмирали старые и зарождались новые виды танца, обогащалась и видоизменялась его лексика. Изучение русского народного танца, как старинного, так и современного, правильное понимание стиля, характера и манеры его исполнения дают возможность создать на сцене средствами танца правдивый образ русского человека, воспитывают хороший вкус, чувство национальной гордости за свой народ, любовь к Родине.

Для того чтобы, дать понятие об основах русского народного танца, показать многообразие его видов и различную манеру исполнения, богатство лексики, познакомить с исполнительскими традициями русского танца разработана программа «Народный танец».

**Педагогическая целесообразность программы** объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое

воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

**Основной целью программы** является приобщение учащихся к культуре народного танца, расширение кругозора.

**Задачи:**

- формирование общей культуры, художественно-эстетического вкуса;
- активизация интереса к народному танцу;
- развитие пластичности, координации, хореографической памяти, внимания, формирование технических навыков;
- воспитание эмоциональной выразительности;
- развитие личности учащегося.

### **Возрастные особенности детей участвующих в реализации программы**

#### **Дети 8-11 лет**

В возрасте 8-11 лет происходит настоящий сдвиг в интеллектуальном развитии ребенка. Происходит развитие осознанности и произвольности всех психических процессов (восприятие, мышление, память, внимание, воображение).

Ребенок различает и называет цвета, формы предметов, правильно соотносит их по величине, понимает их положение в пространстве. На протяжении всего обучения восприятие становится произвольным. Произвольное внимание удерживается и развивается при помощи использования педагогом словесных инструкций на занятии, приемов планирования деятельности, игровых элементов и частой сменой форм деятельности. Наряду с наглядно-образным активно формируется словесно-логическое мышление, основу которого составляет оперирование понятиями.

Воображение развито хорошо: ребенок может представить определенную ситуацию, образ, предмет. В процессе обучения оно становится произвольным, управляемым.

### **Сроки реализации образовательной программы**

Данная программа рассчитана на один год.

Первый год обучения – (324 часа, 36 учебных недель).

Уровень программы – стартовый (предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы).

**Режим занятий:** 3 раза в неделю по 3 часа.

### **Учебный план курса «Народный танец»**

Организация деятельности школьников на занятиях основывается на следующих принципах:

- Принцип доступности изучаемого материала. Предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей детей и в связи с этим – определение посильных для них заданий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий;

- Принцип «от простого к сложному». Заключается в постепенном усложнении изучаемого материала, в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема интенсивности нагрузок. Обязательным условием

успешного обучения также является чередование физических нагрузок с музыкально-ритмическими играми.

- Принцип систематичности. Заключается в непрерывности и регулярности занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня знаний и умений;

- Принцип повторяемости материала. Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях вырабатывается мышечная память и тогда ребенок может больше внимания уделять эмоциям во время исполнения танца;

- Принцип контраста. Использование в тренировочных упражнениях движений отличающихся друг от друга по технике, темпу, характеру.

Для выявления эффективности освоения программы используются следующие методы: наблюдение, беседа, анализ творчества.

## **Содержание изучаемого курса**

### **Раздел 1. Основные понятия народного танца**

Этот раздел включает изучение основных позиций и положений (рук, ног, головы). Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и четкого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

### **Раздел 2. Танцевальные ходы**

Содержание включает в себя изучение различных сочетаний шагов, исполненных в стиле, характере национального танца с присущим ему ритмическим рисунком в сочетании с ударом, притопом, подскоком, хлопком, поворотом.

### **Раздел 3. Дробные выстукивания**

Данный раздел является основой танцев у многих народов. Приемы дробных выстукиваний различны: они выполняются в разных темпах и ритмах, всей ступней, ребром каблука, полупальцами.

### **Раздел 4. Вращения**

Многократные повороты исполнителей в народных танцах называют вращениями.

Форма аттестации не предусмотрена.

После освоения программы документ об образовании - не выдается.

Форма обучения: очная, групповая.

Срок освоения указан в учебном плане и календарном учебном графике настоящей программы.

## Планируемые результаты

В составе основных видов универсальных учебных действий можно выделить ключевые блоки: личностные действия, познавательные действия, регулятивные действия, коммуникативные действия, знаково-символические действия.

**Личностные действия** – обеспечивают ценностно – смысловую ориентацию обучающегося (знание моральных норм, умение соотносить и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения). Включает в себя 3 понятия:

1. Личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
2. Смыслообразование – установление связи между целью учебы и ее мотивом, т.е. ради чего осуществляется учебная деятельность;
3. Нравственно – этическая обеспечивающего личностный моральный выбор.

**Личностные учебные действия** выражаются в стремлении реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию; в формировании ценностно – смысловых ориентаций и духовно – нравственных оснований, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма.

1) Личностными результатами освоения обучающимися содержания программ музыкально – ритмическому воспитанию являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

2) Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по музыкально – ритмическому воспитанию являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

Обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности. К ним относятся: планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил, к определению препятствий.

### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- общие универсальные действия (выделение и формулирование познавательной цели, поиск информации, структурирование знаний, выбор наиболее эффективного способа решения задач, рефлексия способов действия, контроль и оценка процесса, постановка проблемы, моделирование);
- логические универсальные действия (анализ объектов выделения признаков, синтез, классификация объектов, установление причинно - следственных связей, логическая цепь рассуждений, доказательство, выдвижение гипотез и их обоснование);
- постановка и решение проблемы (формулирование проблемы, самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера).

Приобщение к шедеврам мирового танцевального искусства – классическому, народному бальному танцу – способствуют формированию целостной художественной культуры мира, воспитанию патриотических убеждений, толерантности жизни в поликультурном обществе, развитию творческого, символического, логического мышления, воображения, памяти и внимания, что в целом активизирует познавательное и социальное развитие обучающегося.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:** Коммуникативные учебные действия – обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участие в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное сотрудничество.

Коммуникативные учебные действия формируют умения слушать, способность встать на позицию другого человека, участвовать в обсуждении, значимых для каждого человека проблем жизни и продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

3) Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- представлять музыкально – ритмические движения как средство укрепления здоровья и физического развития;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное объяснение ошибки и способа их устранения; - бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных, изменяющихся, вариативных условиях

Для проведения полноценных и плодотворных занятий требуется просторный, регулярно проветриваемый зал для занятий хореографией с паркетом, зеркальной стеной и специальными станками. Музыкальный центр, видеокамера, костюмы, телевизор, видеоматериалы, музыкальные записи.

### **Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец»**

Информационно-методические условия реализации ДООП «Народный танец» обеспечивает возможность:

- создания и использования информации (в том числе запись и обработка изображений и звука, выступления с аудио-, видеосопровождением и графическим сопровождением, общение в сети Интернет и др.);
- получения информации различными способами (поиск информации в сети Интернет, работа в библиотеке и др.);
- наблюдений (включая наблюдение микрообъектов);
- обработки материалов и информации с использованием технологических инструментов;
- размещения своих материалов и работ в информационной среде образовательного учреждения;
- проведения массовых мероприятий, собраний;
- организации отдыха.

### **Список литературы:**

1. Ткаченко Т. Народный танец.- М.: Искусство, 1967.
2. Устинова Т. Русские народные танцы. – М.: Культпросветиздат, 1950.
3. Устинова Т. Русские народные танцы. – М.: Искусство, 1976.
4. В.Ф.Матвеев. Теория и методика преподавания русского народного танца. – СПб., 1999.
5. Н.И. Заикин, Н.А. Заикина. Областные особенности русского народного танца. 1 и 2 части. – Орёл, 2003.
6. Борзов А.А. Танцы народов мира. – М., 2006.
7. Л. Богаткова. Танцы народов СССР. – М., 1951.
8. Народные сюжетные танцы. – М, 1975
9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М., 2004.

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Всего часов
1-2	Вводные занятия	История возникновения. Изучение основных позиций рук и ног. Понятие музыкальный метр. Ритмика	9
3-6	Экзерсис у станка	Разучивание основных упражнений лицом к станку.	18
7-8	Подготовка к вращениям	Закрепление пройденного материала и подготовка к освоению нового.	9
9-10	Вращения	Бегунец, вращения на месте.	9
11-12	Дробные выстукивания	Одинарные удары, притоп, первый ключ.	9
13-14	Танцевальные композиции и комбинации	Соединение изученных движений в комбинации.	9
15-16	Знакомство с народными танцевальными ансамблями России	Просмотр выступлений ансамблей: им. Моисеева, «Березка».	9
17-18	Постановка номера «Русский хоровод»	Постановка и отработка номера.	9
19-30	Танцевальные композиции и комбинации. Репетиционная работа	Отработка изученного в различных комбинациях, репетиции номера.	48
31-32	Партерная гимнастика	Упражнения на восстановление физической формы	9
33-34	Изучение движений русского танца	Движения в парах, дроби, ходы, (мальчики) хлопушки, парные движения	9
35-45	Танцевальные композиции и репетиционная работа	Отработка изученного в различных вариациях, репетиции номера	45
46-47	Растяжка и упражнения на выносливость	Упражнения направленные на улучшение физических данных.	9
48-54	Танцевальные комбинации и репетиционная работа	Отработка и изучение новых вариаций	18
55-61	Подготовка к конкурсу	Отработка и репетиции номеров к школьному конкурсу	28

62-63	Растяжка	Упражнения на развитие гибкости, эластичности мышц	18
64-65	Знакомство с направлениями хореографии	Просмотр видеоматериалов	9
66-70	Повторение пройденного	Отработка изученного, закрепление знаний	36
71-72	Актерское мастерство	Упражнения на развитие эмоциональности, сценической выразительности.	9
	<b>ИТОГО</b>		324

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582800

Владелец Соколова Светлана Олеговна

Действителен с 29.03.2024 по 29.03.2025