

## Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному курсу «Танцы народов мира» для 2-4 классов составлена на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- ФГОС начального общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения РФ от 31.05.2021 г. №286(с изменениями и дополнениями)(далее – ФГОС НОО);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»;
- [Приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115](#) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- [СП 2.4.3648-20](#) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных [постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28](#);
- [СанПиН 1.2.3685-21](#) «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных [постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2](#)
- Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов, модулей, курсов внеурочной деятельности МБОУ СШ № 33 г. Липецка.

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.

**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, коррективке координации движений, формированию правильной осанки, обогащению духовного мира детей.

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

**Задачи:**

- 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.
- 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.
- 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.

**Организация образовательного процесса.**

Занятия проводятся в форме аудиторных и внеаудиторных активных (подвижных) занятий (теоретические и практические) по всем разделам программы. Выбор *формы организации* образовательного процесса зависит от решения поставленных задач, это могут быть: групповые, индивидуально-групповые.

**Формы проведения занятий.**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Так же программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. С детьми проводятся беседы-диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

### **Методы и приемы обучения.**

В организации образовательного процесса применяются следующие методы: словесные (объяснения, беседы), наглядные (дидактические и методические материалы, демонстрация хореографических элементов педагогом и др.), практические (выполнение тренировочных упражнений, комбинаций, этюдов, танцев).

Метод использования слова - универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и другое. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ; беседа; обсуждение; объяснение; словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это *метод целостного освоения упражнений, метод обучения ступенчатый и игровой.*

*Метод целостного освоения* упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений.

*Ступенчатый метод* широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

*Игровой метод* используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения результат не механического “натаскивания”, а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манеры, характера в народных и современных танцах.

### **Принципы обучения.**

Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на реализации *дидактических принципов*.

*Принципы сознательности* и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

*Принцип наглядности* помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

*Принцип доступности* требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого *учебного* материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

*Принцип систематичности* предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

*Принцип гуманности* в воспитательной работе выражает безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.

*Принцип демократизма* основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

### **Особенности возрастной группы детей.**

Программа рассчитана для детей 8-10 лет. Срок реализации программы – 1 год.. Занятия проходят 1 час в неделю. Общее количество часов в год – 34 ч.

### **Планируемые результаты освоения внеурочного курса**

Содержание курса «Танцы народов мира» обеспечивает реализацию следующих результатов:

#### **Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

#### *У учащихся формируются умения:*

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли танца в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

#### **Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между

произведениями разных видов искусства;

- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

*У учащихся формируются умения:*

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия танца с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

**Предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

- устойчивый интерес к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей танцевального искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

*У учащихся формируются умения:*

- понимать роль танца в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам композиций соответствующее танцевальное направление и стиль танца- классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику танцевального языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях группы.

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

## 2 класс

### 1. Вводные занятия

**Теоретическая часть:** рассказ о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

**Практическая часть:** знакомство в игровой форме с одним из видов искусства - хореографией и содержанием: программы.

### 2. Народно - сценический танец

**Теоретическая часть:** цикл бесед о разнообразии видов и жанров хореографии. Бальные танцы – полька, вальс, Народные танцы - русские народные, испанские танцы. Особенности восточного танца. Экскурс в историю народа, рассказ о его обычаях, характере, тематике танцев, хореографической лексике и костюме. Классический танец - история балетного искусства, танец - как вид искусства, искусство миллионов. Современные танцы XX века - рок-н-ролл, свободные танцы.

**Практическая часть:** эзерсис у станка, на середине зала, партерная гимнастика изучение элементов русских танцев, польки, вальса. Концертные занятия.

### **3. Танец сегодня**

**Теоретическая часть:** беседы о популярных танцевальных группах, коллективах, новых веяниях в хореографическом искусстве, рассказ о выдающихся танцорах нашего времени.

### **4. Игровые занятия**

**Практическая часть:** сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет и удары ладош», «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию», «Я в музыке услышу кто ты, что ты», «Музыкальный теремок», «Игры на развитие актёрского мастерства».

### **5. Ритмика**

**Теоретическая часть:** музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки (классических мелодий, современной музыки, экзотических мелодий, музыку для души) анализ и разбор музыкальных произведений.

**Практическая часть:** ритмические упражнения, музыкальные игры. Упражнения на развитие музыкальности: музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма.

### **6. Репетиционно-постановочная работа**

**Практическая часть:** общеразвивающие упражнения, отработка сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Показ танца. Отработка танца.

### **7. Азбука классического танца**

**Теоретическая часть:** изучение позиции рук и ног. Plie, Port de bra, Releve, Battements, Grand plié, Rond de jambe, основные движения " Allegro ", .

**Практическая часть:** оздоровительный момент эзерсиса это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

### **8. Партерная гимнастика**

**Практическая часть:** партерная гимнастика - один из видов двигательной активности. Развитие двигательного аппарата ребенка и оснащать его необходимыми знаниями, умениями, навыками. Основы гимнастики. Формирование базы двигательных действий, знаний гимнастической терминологии, обучение гимнастическим упражнениям и основным элементам. Гимнастические игры и задания.

### **9. Занятие с элементами импровизации**

**Теоретическая часть:** беседа о том, что такое импровизация

**Практическая часть:** концентрация внимания на образе предметов, природных явлений, характерах, животных и т.д. Передача образов через движения, пластику, мимику, жесты.

**Формы организации занятий:** практические занятия, беседы, концерт, репетиционно - постановочная работа, игровое занятие, занятие с элементами импровизации, виртуальная экскурсия.

**Виды деятельности:** стретчинг, партерная гимнастика, сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры, направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, обучающая игра, музыкальные игры.

### 3-4 класс

#### 1. Вводные занятия

**Теоретическая часть:** рассказ о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

#### 2. Народно - сценический танец

**Теоретическая часть:** цикл бесед о разнообразии видов и жанров хореографии. Бальные танцы - танго, вальс, полька, краковяк. Народные танцы - русские народные, испанские танцы, танцы Казахстана, Китая, Африки, Индии. Особенности восточного танца - Турция, Сирия, Египет. Классический танец - история балетного искусства, танец - как вид искусства, искусство миллионов. Современные танцы XX века - чарльстон, рок-н-ролл, свободные танцы, джазовые танцы, твист, танец модерн.

**Практическая часть:** эзерсис у станка и на середине зала. Экскурс в историю народа, рассказ о его обычаях, характере, тематике танцев, хореографической лексике и костюме. Концертные занятия.

#### 3. Танец сегодня

**Практическая часть:** изучение разминки в стиле джаз-модерн

#### 4. Игровые занятия

**Практическая часть:** сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет и удары ладош», «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию», «Я в музыке услышу кто ты, что ты», «Музыкальный теремок», «Игры на развитие актёрского мастерства».

#### 5. Ритмика

**Теоретическая часть:** что такое ритм. Виды ритмов

**Практическая часть:** ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения на развитие музыкальности: музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма. Слушание классических мелодий, современной музыки, эзотерических мелодий, музыку для души, анализ и разбор музыкальных произведений.

#### 6. Репетиционно-постановочная работа

**Практическая часть:** общеразвивающие упражнения, отработка сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Показ танца. Отработка танца.

## **7 Азбука классического танца**

**Теоретическая часть:** расширение знаний в области классических терминов «па», изучение и исполнение классического экзерсиса. Выполняя движение классического экзерсиса, дети приобретают aplomb, выразительность и четкость в движениях, что важно для любого танцовщика. Оздоровительный момент экзерсиса это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

**Практическая часть:** изучение классического экзерсиса у станка

## **8. Партерная гимнастика**

**Теоретическая часть:** партерная гимнастика - один из видов двигательной активности. Развитие двигательного аппарата ребенка и оснащать его необходимыми знаниями, умениями, навыками. Основы гимнастики. Формирование базы двигательных действий, знаний гимнастической терминологии.

**Практическая часть:** обучение гимнастическим упражнениям и основным элементам. Гимнастические игры и задания. Стретчинг (развития гибкости и подвижности суставов, формирования мышечного чувства и умения владеть своими движениями). Суставная гимнастика (повышение уровня подвижности суставов, укрепление суставов и мышц, развитие координации движений и умения согласовывать свои двигательные действия с другими детьми).

## **9. Занятие с элементами импровизации**

**Практическая часть:** концентрация внимания на образе предметов, природных явлений, характерах, животных и т.д. Передача образов через движения, пластику, мимику, жесты СС

**Формы организации занятий:** практические занятия, беседы, концерт, репетиционно - постановочная работа, игровое занятие, занятие с элементами импровизации, виртуальная экскурсия.

**Виды деятельности:** стретчинг, партерная гимнастика, сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры, направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, обучающая игра, музыкальные игры.

## **Тематическое планирование**

**2 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов			Контрольные мероприятия
		Теория	Практика		
			1кл.	2кл.	
1	Вводные занятия.		1	1	-
2	Народно-сценический танец.	1	4	4	из них концерт-1
3	Танец сегодня.	1			-
4	Игровые занятия.		3	3	-
5	Ритмика.	1	2	2	-
6	Репетиционно - постановочная работа.		8	9	из них концерт-1
7	Азбука классического танца.	1	5	5	-
8	Партерная гимнастика.		5	5	-
9	Занятие с элементами импровизации.		1	1	-
	<b>Итого:</b>	<b>4</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	-
			<b>33</b>	<b>34</b>	

#### 3-4 классы

№ п/п	Раздел(тема)	Кол-во часов		Контрольные мероприятия
		Теория	Практика	
1	Вводные занятия.	1		-
2	Народно-сценический танец.	2	3	из них концерт-1
3	Танец сегодня.		1	-
4	Игровые занятия.		3	-
5	Ритмика.		3	-
6	Репетиционно - постановочная работа.		9	из них концерт-1
7	Азбука классического танца.	1	5	-
8	Партерная гимнастика.	1	4	-
9	Занятие с элементами импровизации.		1	-
	<b>Итого:</b>	<b>5</b>	<b>29</b>	
			<b>34</b>	