

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4
г.Ершова Саратовской области
им. Героя Советского Союза Спирина В.Р.»

ПРИНЯТА

На заседании
педагогического совета
МОУ «СОШ №4 г.Ершова
Саратовской области»
протокол №10 от 15.05.2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МОУ «СОШ №4 г.Ершова
Саратовской области»
Е.П.Денисова
приказ № 148 от 15.05.2023г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Русский народный танец»**

Возраст детей: 7-10 лет

Срок реализации: 36 часов

**Автор-составитель: Майер Надежда Рудольфовна,
педагог дополнительного образования**

Ершов, 2023 год

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Пояснительная записка

Русский народный танец - этот вид искусства передается из поколения в поколение как великое наследие. Русские танцы несут в себе колорит и эмоции народа, который его создал. Даже с течением времени он не перестает быть актуальным и интересным людям, потому что приближает их к культуре родной страны.

Нормативно-правовая база

- «Закон об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (пр. Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 года №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ «СОШ № 4 г. Ершова Саратовской области имени Героя Советского Союза Спирина В.Р.»
- «Правила персонифицированного дополнительного образования в Саратовской области, п.53» (утвержденные приказом Министерства образования Саратовской области от 21.05.2019 г. №1077, с изменениями от 14.02.2020 г., от 12.08.2020 г.)

Направленность программы. Художественная

Актуальность. В настоящее время система патриотического воспитания подрастающего поколения требует совершенствования и системности, для соответствия новым реалиям. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Через самобытные черты искусства проявляется тема Родины в песне, музыке, танце. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций. Русский народный танец получил наибольшее распространение и развитие. Он разнообразен. Его название может складываться по одноименной народной песне ("Камаринская", "Сени"), по количеству танцоров ("Парная", "Четверка"), название может

определять рисунок танца ("Плетень", "Воротца"). Однако всем русским народным танцам свойственны общие черты: это жизнерадостность, скромность и простота, поэтичность, удаль и широта движений в сочетании с немалым чувством собственного достоинства в танце. Знакомство с культурой русского народа способствует всестороннему чувственному и интеллектуальному развитию детей, формирует их мировосприятие, духовность, как никогда актуальна проблема **патриотического воспитания детей**, сохранения русской нации и других народов России, сбережения культурного наследия, уважения к национально-патриотическому прошлому. Одно из самых выразительных и действенных средств патриотического воспитания – это введение ребенка в мир культуры и истории Родины через хореографическое искусство.

Новизна данной программы заключается в овладении воспитанниками хореографическим мастерством посредством изучения национальных традиций и обрядов, закладывающих нравственные основы в души подрастающего поколения, непрерывном творческом росте и создании атмосферы, в которой личность каждого воспитанника может полноценно формироваться.

Отличительные особенности данной программы. Программа направлена на формирование и развитие у обучающихся таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т. п.

Данная программа позволяет обучающимся детям ознакомиться со всеми основными направлениями хореографии, а также дает возможность импровизации и творческой самореализации.

У этого танца масса отличительных характеристик и особенностей. Во-первых, русский народный танец - это задорные пляски с прыжками и активными движениями, которые неизменно сопровождаются бесконечным юмором и смехом. Во-вторых, обязательным атрибутом этого танца являются национальные костюмы - не менее яркие и красивые, чем сами пляски. Русский народный танец очень богат на самые разнообразные хореографические па, в его основе лежит сразу несколько видов танца, а именно: пляска, хоровод и кадрили. Можно с полной уверенностью сказать, что русский народный танец - это своеобразное олицетворение характера русского человека и его души. Ведь нет, наверное, более веселого и обаятельного танца во всем мире. У русского человека невероятно широкая и добрая душа - такой же и танец его народа.

Педагогическая целесообразность предполагает развитие физических способностей воспитанников (развитие осанки, умений свободно двигаться и т. д.); развитие художественного вкуса и интереса к народному танцу; формирование умений соблюдать этические нормы, а также воспитание морально-волевых качествах: терпения, настойчивости, стремления достигать поставленной цели, доброжелательности, уважения к старшим.

Адресат. Возрастные особенности. Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы **7-10 лет**. Группа: 12 - 15 человек.

Возрастные особенности детей 7-10 лет (1-4 класс)- в этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограничено и постепенно увеличиваться от 25-30 минут до 60, а потом и до 90 минут. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность. Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В классах этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира. Поэтому эти дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.

Объем и сроки реализации программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русский народный танец» рассчитана на 36 недель обучения. Объем программы 36 часов.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность занятий – 45 минут.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель: развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области народного танца.

Задачи

Образовательные:

- Ознакомить с русским народным танцем;
- Овладеть основными элементами танца, стилем и манерой исполнения.

Развивающие:

- Развить общую музыкальность, чувства ритма, художественный вкус.
- Укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;
- Совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
- Формировать художественно-образное восприятие и мышление

Воспитательные:

- Воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;
- Воспитывать внимательность, инициативность, стремление к саморазвитию;

- Содействовать воспитанию в личности обучающегося любви и уважения к традициям, **чувства патриотизма** и национальной гордости.

1.3. Планируемые результаты

В результате обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Русский народный танец» обучающиеся получают следующие результаты:

Предметные:

- Ознакомлены с основными элементами движения русского народного танца;
- Владеют основными элементами танца, стилем и манерой исполнения

Метапредметные:

- Развита чувство ритма, художественный вкус;
- Развита сила, выносливость, координация движений, выразительность исполнения;
- Развита технические и физические качества детей (в том числе внимание, память, воображение, пластичность, гибкость мышц, координацию движений);
- Сформированы первоначальные представления о танце как части целостного и многообразного мира искусства.

Личностные:

- Развита эстетические чувства и художественный вкус;
- Воспитаны внимательность, инициативность, стремление к саморазвитию;
- Воспитаны чувства гордости за историю своей страны через танец.

1.4. Содержание программы

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Русский народный танец»

№ п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Общая	Теория	Практика	
Модуль № 1 «Народный танец»					
Инвариантная часть.					
Введение в программу					
1.	Вводное занятие.	1	1	-	Просмотр возможностей обучающихся
Раздел 1. Хоровод					
Инвариантная часть					
1	История	1	1	-	Просмотр видео

	возникновения и развития русского народного танца.				роликов русских народных ансамблей/онлайн просмотр
2	Позиции рук в танце. Основные положения рук в русском танце.	2	-	2	Показ/онлайн показ
3	Раскрывание и закрывание рук.	2	-	2	Просмотр /онлайн просмотр
4	Поклоны.	1	-	1	Показ/онлайн показ
5	Навыки обращения с платочком.	2	-	2	Разбор /онлайн разбор
6	Позиции ног в танце.	1	-	1	Просмотр/онлайн просмотр
7	Основные шаги	3	-	3	Практическое исполнение элементов движений /онлайн
8	Хоровод	4	-	4	Наблюдение /онлайн наблюдение

Раздел 2. Пляска

Инвариантная часть

1	Разновидность плясок.	1	1	-	Просмотр видео роликов/ онлайн
2	Притопы.	2	-	2	Исполнение движений /онлайн исполнение
3	«Гармошка», «Елочка», «Припадание»	3	-	3	Наблюдение /онлайн наблюдение
4	Изучение основных элементов	4	-	4	Просмотр /онлайн просмотр
5	Изучение танцевальных движений	4	-	4	Показ/онлайн показ
6	Пляска	4	-	4	Практическое исполнение учебных связок/онлайн

Раздел 3. Итоговый. (2 часа)

1	Смотр разученных	1	-	1	Концерт для
---	------------------	---	---	---	-------------

	танцев				родителей/онлайн
	Всего	36	3	33	

Содержание учебного плана

Модуль 1 «Народный танец» 36 часов.

1. Введение в программу

Теория. (Очно/дистанционно). Значение танца в жизни людей.

Практика. Просмотр возможностей обучающихся/онлайн.

Раздел 1. Хоровод

2. Теория. (Очно/дистанционно). История возникновения и развития русского народного танца.

Практика. Просмотр видео роликов русских народных ансамблей/онлайн просмотр.

3-4. Теория. (Очно/дистанционно). Позиции рук в танце.

Основные положения рук в русском танце.

Практика. Основные положения рук. Комбинированные положения рук.

5-6. Теория. (Очно/дистанционно). Раскрывание и закрывание рук.

Практика. Выполнить раскрывание и закрывание рук, с переменной: одна рука открывается, другая одновременно с ней закрывается.

7. Теория. (Очно/дистанционно). Поклоны.

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

8-9. Теория. (Очно/дистанционно). Навыки обращения с платочком.

Практика. Характерные положения рук с платочком.

10. Теория. (Очно/дистанционно). Позиции ног в танце.

Практика. Основные положения ног.

11-13. Теория. (Очно/дистанционно). Основные шаги

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

14-17. Теория. (Очно/дистанционно). Хоровод

Практика. Характеристика и определение хоровода. Ход: шаркающий – скользящий. Постановка танца.

18. Теория. (Очно/дистанционно). Разновидность плясок.

Практика. Презентация/онлайн презентация. История развития пляски. Отличительные черты её исполнения.

19-20. Теория. (Очно/дистанционно). Притопы.

Практика. Притопы – удары всей стопой в пол: на сильную долю одной ногой; на слабую долю одной ногой; двумя ногами.

21-23. Теория. (Очно/дистанционно). «Гармошка», «Елочка», «Припадание».

Практика. Обучение и применение знаний на практике.

24-27. Теория. (Очно/дистанционно). Изучение основных элементов

Практика. Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

28-31. Теория. (Очно/дистанционно). Изучение танцевальных движений

Практика. Дроби, хлопושка, подготовка к присядке, полуприсядка, полная присядка, подбивка, голубец.

32-35. Теория.(Очно/дистанционно). Пляска

Практика. Постановка танца.

36. Теория. (Очно/дистанционно). Смотр

Практика. Концерт для родителей/онлайн

1.5 Формы аттестации/контроля и их периодичность

За период обучения по программе обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, проверкой качества которых является входная и итоговая диагностика, которая проводится в начале занятий, в конце каждого раздела и по окончании обучения, в форме выступлений на концертах, конкурсах. Контроль проводится по каждой теме. Подведение итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы проходит в виде контрольных исполнений программных движений очно или, при необходимости, дистанционно в форме онлайн-показа.

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:

- *входной контроль* (первичная диагностика) проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки учащихся.

- *текущий контроль* осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия.

- *промежуточный контроль* (промежуточная аттестация) проводится в конце каждой изученной темы и направлен на закрепление материала и на формирование практических умений.

- *итоговый контроль* проводится в конце учебного года в форме открытого урока, либо концерта для родителей, участия детей в концертах.

Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты
Оценка умения, опыт творческой деятельности	Участие в школьных, районных и областных выступлениях, конкурсах	Самооценка своих музыкально-творческих возможностей, мотивация учащихся, сформированности внутренней позиции учащегося

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение

Обучение проводится и реализуется в очной форме с использованием электронных (дистанционных) технологий.

Форма организации образовательного процесса - индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая;

Формы организации учебного занятия – беседа, практические занятия.

Методы - словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);

Приемы – комментирование, инструктирование, корректирование;

Педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, группового обучения, коллективного взаимообучения, развивающего обучения, проблемного обучения, игровой деятельности, коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Педагогические технологии, используемые в представлении программного материала.

№ п/п	Наименование технологии, методик	Характеристика технологий в рамках образовательной программы
1	Технология группового обучения	Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает: контактная импровизация, упражнения в паре, участники коллектива сообща работают над созданием танцевальной композиции
2	Игровая технология	Игровые технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта. Игры позволяют импровизировать, подражать - это способствует самовыражению в танце, ориентирует дальнейшее физическое духовное и эмоциональное развитие.

3	Здоровьесберегающая технология	Здоровьесберегающие технологии в танцевально-хореографическом творчестве – это совокупность методов и приемов организации процесса обучения хореографии максимально способствующих сохранению и укреплению здоровья ребенка. Танцевально-хореографическом творчество направлено на гармоничное развитие творческой индивидуальности каждого ребенка. Активирует двигательные функции организма, несет психо-эмоциональную нагрузку, которая необходима для освоения танцевальных навыков.
4	Электронные(дистанционные)технологии	С помощью этих процессов происходит подготовка и передача информации обучающемуся, через компьютер (дистанционно)

2.2. Условия реализации программы

Материально- техническое обеспечение.

1. Светлое сухое, просторное и хорошо проветриваемое помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям – актовый зал, спортивный зал;
2. Ноутбук;
3. Колонки;
4. Специально тренировочная одежда и обувь (спортивные трико, купальники, балетки, чешки)
5. Сценические костюмы.
6. Методическая литература.
7. Сервис: WhatsApp, Viber, skype, электронная почта.

Информационное обеспечение

- Для успешной реализации программы используются: методическая литература для педагогов дополнительного образования и обучающихся, ресурсы информационных сетей по методике проведения занятий, а также:
 - сайт МОУ «СОШ №4 г. Ершова» <http://sosh4.ucoz.net/>
 - e-mail МОУ «СОШ №4 г. Ершова» ershov.school4@mail.ru.

Электронные образовательные ресурсы

Учебное пособие по русскому традиционному танцу <https://www.youtube.com/watch?v=Zs5bX-rlKKc>
Танцевально – оздоровительная программа
<https://www.youtube.com/c/Самопляс>
<https://www.horeograf.com/> всё для хореографов и танцоров

Кадровое обеспечение

Реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Русский народный танец» осуществляет педагог с высшим педагогическим образованием, с соответствующей программе подготовкой.

2.3. Календарный учебный график

№ п/п	месяц	число	Время проведения	Форма занятий	Кол-во часов	Тема	Место проведения	Форма аттестации/контроля
Модуль № 1 «Народный танец» Инвариантная часть.								
1	сентябрь		16.00-16.45	Беседа неаудиторная/дистанционная	1	Вводное занятие. Значение танца в жизни людей.	Малый спорт зал skype	Просмотр возможностей обучающихся / онлайн
Раздел 1. Хоровод Инвариантная часть								
2	сентябрь		16.00-16.45	Беседа неаудиторная/дистанционная	1	История возникновения и развития русского народного танца.	Малый спорт зал skype	Просмотр видеороликов русских народных ансамблей/онлайн просмотр
3-4	сентябрь		16.00-16.45	Практика/дистанционная	2	Позиции рук в танце. Основные положения рук в русском танце.	Малый спорт зал skype	Показ/онлайн показ
5-6	октябрь		16.00-16.45	Практика/дистанционная	2	Раскрывание и закрывание рук.	Малый спорт зал skype	Просмотр /онлайн просмотр
7	октябрь		16.00-	Практика/	1	Поклоны.	Малый спорт	Показ/онлайн

	брь		16.45	дистанционная			зал skype	показ
8-9	Окт ябрь - нояб рь		16.00- 16.45	Практика/ дистанционная	2	Навыки обращения с платочком.	Малый спорт зал skype	Разбор /онлайн разбор
10	нояб рь		16.00- 16.45	Практика/ дистанционная	1	Позиции ног в танце.	Малый спорт зал skype	Просмотр/онлайн просмотр
11- 13	нояб рь		16.00- 16.45	Практика/ дистанционная	3	Основные шаги	Малый спорт зал skype	Практическое исполнение элементов движений /онлайн
14- 17	дека брь		16.00- 16.45	Практика/ дистанционная	4	Хоровод	Малый спорт зал skype	Наблюдение /онлайн наблюдение
Раздел 2. Пляска Инвариантная часть модуля								
18	янва рь		16.00- 16.45	Беседа неаудиторная/ дистанционная	1	Разновидность плясок.	Малый спорт зал skype	Просмотр видео роликов/ онлайн
19- 20	янва рь		16.00- 16.45	Практика/ дистанционная	2	Притопы.	Малый спорт зал skype	Исполнение движений /онлайн исполнение
21- 23	Янв арь- февр аль		16.00- 16.45	Практика/ дистанционная	3	«Гармошка», «Елочка», «Припадание»	Малый спорт зал skype	Наблюдение /онлайн наблюдение

24-27	Февраль - март		16.00-16.45	Практика/ дистанционная	4	Изучение основных элементов	Малый спорт зал skype	Просмотр /онлайн просмотр
28-31	Март - апрель		16.00-16.45	Практика/ дистанционная	4	Изучение танцевальных движений	Малый спорт зал skype	Показ/онлайн показ
32-35	Апрель - май		16.00-16.45	Практика/ дистанционная	4	Пляска	Малый спорт зал skype	Практическое исполнение учебных связок/онлайн
36	май		16.00-16.45	Практика/ дистанционная	1	Смотр разученных танцев	Малый спорт зал skype	Концерт для родителей/онлайн

2.4. Оценочные материалы.

Критерии оценки результатов программы:

- теоретические знания дополнительной образовательной общеразвивающей программы
- развитие музыкально-танцевальных навыков, координации движений;
- развитие силы, скорости, выносливости, гибкости;
- освоение технического арсенала, особенностей каждого танца;
- исполнение базовых фигур, умение точно и правильно выполнять их под музыку в паре и соло, смело передвигаться по танцевальной площадке;
- выразительность исполнения движений под музыку.

Способы фиксации результатов программы. Для каждого обучающегося составляется лист достижений, в котором в течение года выставляются баллы за каждый пройденный раздел программы по теории и практике (1-3 – низкие, 4-7 –удовлетворительные, 8-10 – высокие).
Приложение 1.

2.5. Список литературы

Для педагога:

1. Бачинская Н. «Русские хороводы и хороводные песни», М.-Л.,Музгиз,1958–112 с. : ил., фот., нот.
2. Богаткова Л. Танцы народов СССР. - М., Молодая гвардия, 1954. – 192с.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 224с.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997. – 480с.
5. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М., 1974. – 368с.
6. Иноземцева Г.В. «Народный танец», М., Знание, 1978, - 98 с.
7. Климов А. А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320с.
8. Немеровский А.Б. Пластическая выразительность актера. – М: Искусство, 1976. – 256с.
9. Ткаченко Т. «Народный танец», М., Искусство, 1967, - 78 с.
10. Устинова Т. «Русский народный танец», М., Искусство, 1976, - 156 с.

Для обучающихся:

1. Богданов Г.Ф. Урок русского народного танца / Г.Ф. Богданов. - М., 1995. - С.23.
2. Бутенко Э. Сценическое перевоплощение. Теория и практика. - М.: Прикосновение, 2005. - С. 127.
3. Волков И.П. Воспитание творчеством / И.П. Волков. - М.: Знание, 1989. - 84с.
4. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии / К. Голейзовский. - М.: Искусство, 1964. - 326 с.

5. Телегина Л.А. Народно-сценический танец: учеб.-метод. пособие / Л.А. Телегина. - Самара: Изд-во СамГПУ, 2000. - 96 с.

Лист достижений

Ф.И.О. обучающегося _____

Возраст _____

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Русский народный танец»

Период освоения: 36 часов.

Форма контроля	Теория	Музыкально-танцевальные навыки	Физические качества	Исполнение базовых фигур. В паре, соло	Выразительность исполнения	Итог
Хоровод						
Пляска						

Педагог дополнительного образования _____ /Майер Н.Р./